2

كِتَابُ الأغْذِيَة

لأبي مروان عبد المَلِك بْن زُهْر الإيادي

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله ، أحمده سبحانه وأسأله أن يصلَ إنعامَه وإحسانَه بإدامة عزّ الإسلام بتخليد مُلْكِ خليفة أمير المؤمنين أعدلِ إمام عبد المؤمن بن علي العدل الزكيّ ، خلّد الله مُلْكه ، وصَيَّر معمورَ الأرض مِلْكَه.

ولما أَمرتَ – أعزّك الله – أن أكتب في الأغذية التي يَسْهُل وجدانها ، ولا يتعذّر في أكثر المواطن إمكانُها ، كلامًا مختصرًا من غير تعليل ولا تطويل ، بدأتُ ممتثلاً وكتبت مطيعًا وإن كنت عاريًا من كتبي لمَا عُلِمَ من طول محنتي[1] ، وأرجو أن يكون كلامي أولَ كلامٍ أو قولٍ رُفِعَ في علم الطبّ إلى الدَّولة الطاهرة العَليّة ، [وَجُمِعَ للطائفة][2] الكريمة المَهْدية ، فأرجو بذلك شرفًا يُخَلَّد ، وذكرًا في طاعة الله يُحْمَد ، واللهَ أسأل التوفيق والتسديد بقدرته.

---

1) يُشير أبو مروان إلى محنة السجن التي عاناها في مراكش على يد أمير المسلمين علي بن يوسف ، ثاني ملوك الدولة المرابطية. وقد أشرت إليها بشيء من التفصيل في كتابي «الطب والأطباء في الأندلس الإسلامية» في ترجمة ابن زهر ، الجزء الثاني.

2) عبارة ساقطة في ب.

ذكر الأغذية بحسب الأزمان

إنّه – أعزّك الله – لَمَّا كان الهضمُ في الشتاء أقوى [وجب أن تكون كميةُ الغذاء فيه أكثر، ولَمَّا كان أبردَ وأرطب][3] وجب أن تكون الأغذية أَحَرَّ وأَيْبس.

وأما الرّبيع فاعتدالُه معلوم، وهو أفضلُ الفصول، غير أنّ الأخلاطَ تتحرّك فيه وتَثور كما أن الرطوبات التي في الأشجار تتحرّك في زمان الربيع فكذلك الحال في أجسام الحيوان، ولذلك يُسْتَفْرغ فيه ما يجب استفراغُه من الأبدان لِجَرْيِ الأخلاط فيها، ولأن الربيعَ معتدلٌ في ذاته فتحتمل الأبدانُ من الاستفراغ ما لا تحتمل في سائرِ الفصول، وكذلك تحتمل من التخليط[4] ما لا تحتمل في سواه، وكذلك تحتمل فيه التعبَ والجِماع والسّهر.

وأما الصّيف فحارٌّ يابس والهضم فيه ضعيف والاستفراغ فيه غير محمود، ولذلك تجنّبه إلا عند الضرورة.

وأما الخريف فمُشَتَّت المزاج ذو اختلاف، وقد رأى بعض الأطبّاء استفراغَ الأبدانِ فيه، وليس الأمر كذلك، فإن اختلاف المزاج يُضْعِف قوةَ الأبْدان.

الأخباز:

أفضل الأخباز خبز **الحنطة** المُخْتَمِر الذي طُبِخ في التنُّور وبعده ما يطبخ في الفُرن، وأجود الأخباز ما أُكْثِر فيه من الماء حين يُعجَن، فإذا طُبِخ كان شبيهًا **بإسفنج البَحر** في الثَّقب الذي يَتخلَّله، حارّ باعتدال، رطب يَصلح للنّاس عمومًا في الصحّة والمرض وفي جميع الأزمان والأسنان. أفضله ما أُكِلَ من يومه وقد فَتر حَرُّ طَبْخِه، وأرداُه ما تقادم عَجْنُه أو طبخُه.

والفطير مِن الخبز رديءٌ بَطيءٌ هضْمُه، ويكون عنه خِلْطٌ نَيِّءٌ بَلْغمي، وهو لأهل الجَهد والتَّعب صالح.

3) عبارات ساقطة في ب.
4) في ج: الأخلاط.

خبزُ الشعير: أفضل الأخباز بعد خبز القمح، بارد يابس باعتدال، يَقْصُر غذاؤه عن غذاءِ خبز **القَمح** بقدر ما يَقصُر غذاءُ خبز **القمح** عن غذاء خبز **الدَّرْمك**، فإن الدرمك أغذى. وخبز **الشّعير** يَصلح بالمحرورين في زَمن الصّيف.

وأحمد كلِّ نوعٍ منها ما أُحكِمَ طبخُه في التنّور وبعد التنّور ما طبخ في الفُرن وبعدهما ما طبخ في المَلَّة.

وأما **سَويق الشّعير** فمن أفضل الأغذية، بعيدٌ من أن يَفسد في المعدة، يُبَرِّدُ باعتدال ويَقمع الخِلْط الصفراوي بقصد، يُغذّي باعتدال، يَصلح **للمحمومين** حُمَّى حارّة، وخاصّة في الصيف لمن حُمَّ، وللأصحّاء أيضًا إذا شُرب بالماء القَراح.

وأما **كِشْك الشّعير** فإنه يُبَرّد باعتدال ويُرطِّب ويجلو ويُنقّي، ينفع من الحمّيات الحارّة ويُسكِّن العطش، جيّد للشبّان في زمن الصيف جدًا إذا غسل به جسم من تَعِب أو سافر في حرّ شديد.

وأما **خبز السُّلْت** فمزاجه مزاج خبز الشعير غير أن الشّعير خيرٌ منه في خصال كثيرة.

وخبز **الدُّخَنْ** أبرد وأيبس من **خبز الشّعير** وهو أكثر إمساكًا للبطن من خبز **الشعير** ومن خبز **السُّلت**.

وخبز **العدس** مثله.

وخبز **الجُلبان** رديء قد أُخْبِر عنه أنه إذا أديم أكلُه أَرخى الأعضاء، لا خير في إدامة استعماله.

وأما خبز **الشَّيْلَم** فحارّ يابس إذا استعمله البَلغمي المزاج لم يكد يُضرّه.

وأما خبز **البنج** فبارد يابس، وهو ألذّ من سائر ما ذكرت بعد **القمح والشعير**، والطبيعة تألفه.

وأما خبز **الذرَة** فبارد يابس قليل الغذاء جدًا.

وأما خبز **الفول** فمائل إلى البرد قليلاً يابس تكون عنه أحلام رديئة، وقلّ ما يرى آكلُه أحلامًا صادقة، وهو يُخِلّ بالذِّهن ويُحدِث في المعدة والأمعاء رياحًا وأوجاعًا فيهما.

وأما خبز **الحمّص** فهو أصلحها بعد **القمح والشعير**، يغذو كثيرًا ويزيد في المني

بقوة ويشدّ الانعاظ، ورياحه دون رياح الفول بكثير.

وأما **خبز اللوبيا** فيُخلِ بالذهن أيضًا.

وأما **خبز الكِرسنّة** فيُحدث قيئًا ورياحًا، وليست رياحه كثيرة، ولكنه كأنه يخالف جوهرَ الإنسان فيُكْرِب ويُغَثّي، وهو حارّ يابس.

وأما **خبز القِنّب** فهو بارد يابس ولا بأس باستعماله.

وأما **خبز الأُرز** فحارّ يابس. صُلْب بطيء الانهضام. يكون عنه خِلط غليظ. يُولِّد السوداء في الأحشاء وفي سائر البدن ويَعقِل البطن.

وأول خبز – زعمت الأوائل – اتُّخِذَ **خبزُ البلّوط**. وهو غليظ الجوهر. يابس. يميل إلى البرد، يَسدُّ الكبد ويُفسدها. وخاصّته دَبغ المعدة. وكذلك خبز **الشاه بلوط** المعروف **بالقسطل**.

وقد يَتّخذ المساكين أخبازًا كثيرة من أصول **الصارة** ومن حبوب كلّها رديئة مثل حَب شجرة **اللاذن**. وكل ذلك رديء غير موافق بوجه ولا حال.

اختلاف الخبز بحسب اختلاف صَنعته:

قد عُلِمَ أن **البشماط والكعك** خبز. ولكن لَمّا داخله الزيت الذي يُعجنان به وتَشيَّط عند الطبخ حدث فيهما قوة كبريتية، فهما يُضرّان بالمحروري المزاج وبالمحمومين حمّى حارّة وبسائر المحمومين. وأما الخبز المختمِر فإذا حُمِّس[5] فغير المُحَمَّس خير مما حُمِّس بكثير لأنه يَصْلُب فيبطئ هضمه.

وأما **الحبوب المحمَّسة** فالقمح إذا حُمِّس أبطأ انهضامه وكانت عنه رياح وقَلَّ غذاؤه، فإن أُكِل **القمح** نيئًا كما هو كان أضرّ، وكانت خاصته أن تكون عنه حيّات البطن.

وأما **الشّعير** فإنه إذا حُمِّس ثم طُحِن كان منه سويقه، وقد ذكرته.

وقد يُحَمّس الناس **الباقِلّى والحمّص** فيكون هضمهما أبطأ، ويُحمِّسون السِّمْسم، وهو محمَّس وغير محمَّس مُخلّ بالمعدة مُغَثٍّ[6]. **والسِّمْسم** حارّ رطب يولد بَخَرَ المعدة

5) التحميص (بالصاد) والتحميس (بالسين) معناهما واحد.

6) مُغَث: أي مثير للغثي والقيء.

ويكون عنه القيء، وإن صادف من في معدته صفراء زاد فيها واستحال – بإذن الله – إليها. وكذلك بزر الكتّان، وغذاؤهما صالح إذا جاد هضمهما.

فضيلة الخمير:

الاختمار يُعَجِّل الهضمَ في المختمر إذا كان الاختمار باعتدال، وأما إذا أُفرط الاختمار فإنه يكون سببًا لتعجيل فساد الأخلاط وعفونتها.

الأحساء:

الحريرة المتَّخذة من **الحنطة** يكون عنها خِلْط غليظ، وحريرة دقيق **الشّعير** خير منها، وكذلك حريرة **الذرة والبنج**.

وأما **الأحساء** المتَّخذة من الأخباز المختمِرة بعد طبخ الأخباز أنفسها فإن أفضلَها حسوُ خبز **القمح** المختمِر للأصحّاء، ولا بأس به للمرضى. وحسو خبز الشّعير. **أقلُّ** تغذية منه.

والثرائد كلّها يكون عنها بَلْغم غليظ نَيّءٌ.

وأما ما يُقلى من الأخباز فإن هضمَه يُبطئ بحسب تزيُّد صلابة جِرْمه وثِقَل رطوبته، ويَحْدث فيه **مزاج كبريتيّ** بسبب الزيت الذي يُقلى به، فإن كل ما يُقلى لا يخلو من المزاج الرديء.

ذكر اللحوم:

أفضلها **الدجاج** الذكْران والإناث، فلحم **الدُّرّاج** ثم لحم **الحجَل**، وكلها مائل إلى اليبس قليلاً. ولِلُحوم **الدجاج** خاصّةٌ عجيبة فأمراقها متى شُرِبت **تفايا** عَدَّلت المزاج ولذلك نَسقيها لمن ظهر عليه ابتداء **الجُذام**. وهذه اللحوم كلُّها نافعة.

ولحم الحَجَل إذا سُلِق وطُبِخ وأُكِل عقل البطن – بإذن الله – وإذا شُرِبَت أمراقها من غير أن تُسلق أطلقت البطن، وكذلك تفعل أمراقُ **الدجاج**، وخاصّةً مُسِنُّها.

ولحوم الدجاج تُصلِحُ حالَ المنهوكين والناقهين.

وأما لحوم **اليمام والحمام** الإنسي والوحشي **والقطا**، فإن **اليمام** حارّ يابس لطيفُ الجوهر، **والحمام** الإنسي حارّ أرطب مزاجًا وأغلظ جوهرًا من **اليمام**، وأما أفراخها

فكثيرة الرطوبة الفَضْلية جدًا، ولها خاصّة في إحداث أوجاع الدماغ المعروفة **بالشقيقة** وخاصّة أعناقها ورؤوسها.

والقُماري غليظة سوداوية، **والشخش** ألطف جوهرًا منها.

وأما **القطا** فغليظةُ الجوهر سوداوية. وليس في هذه اللحوم ألطف جوهرًا من **اليمام**، ولها خاصّة أنها تزيد في الحفظ وتُذْكي الذهن – بإذن الله – وتُقَوّي الحواسّ.

وأما **العصافير** فكلُّها حارّة يابسة، وفَتِيّها خير من مُسِنّها، وكلّها صالحة نافعة من **الاسترخاء والفالج واللَّقْوَة** ومن أنواع **الاستسقاء**، وهي تزيد في **قوة الجماع**.

وللبصابص قوّةٌ في تفتيت الحَصَى – بإذن الله.

وللقنابر قوة عظيمة – إذا شُرِبَت أمراقها – في إطلاق القولنج، **قد خصّها الله** بها كما خَصّ **الحمام** الأهلية الراعية التي تأوي إلى الأبراج بأن تقوي الحرارةَ الغريزية بزيادتها في الحارّ الغريزي بقدرة الله، وجعل أنفاسها لمن تكون في بيت سكناه أمانًا من **الخَدَر والسكْتة والفالج**.

القول في الكراكي والبُرَك والإوزّ والأطواس:

الكراكي حارّةٌ يابسة بطيئة الهضم، **شحومها** نافعة من الأوجاع التي تكون عن أسباب باردة، وكذلك **البُرْكُ الأهلي**، **والبري** في ذلك أقوى، والإوزّ على ذلك، وكلّها نافعة لأصحاب **الاسترخاء والفالج**، مُضرة بالمحرورين من الناس، وانهضامها يَعسر وخاصّةً في زمان الصيف.

وجرت عادة القدماء من الأطبّاء أنهم كانوا يَذبحون هذه الأطيار الصلبة قبل طبخها بساعاتٍ ويتركونها معلّقة بريشها، هذا منهم طلبًا لأن يسرع انهضامها، وكما أن الخمير في الخبز يُجيد انهضام الخبز في المعدة كذلك بقاء الأطيار الصلْبة اللحوم بعد ذبحها بساعاتٍ يُجيد هضمَها في المعدة، بإذن الله.

وأما **الأطواس** فإنّها أغلظ جوهرًا من الدجاج وأخفُّ مزاجًا، وهي في سائر ذلك شبيهة بها.

والحُبارَى غليظة الجوهر سوداوية تميل إلى الحرّ واليُبس، **ولقانصتها** خاصّةٌ بديعة

أنّ قشرها الداخلي إذا جُفِّفَ ووُضِع في أحكال العين نفع من **نزول الماء** في العين، بإذن الله.

وأما **النَّعام** فحارّة يابسة بإفراط، صُلْبة اللّحم، سوداوية الجوهر، **شحومها قوية** في تسكين الأوجاع الحادثة عن أسباب باردة، ولقشرِ قانصتها خاصّة: تنفع المعمودين بإذن الله وتُستعمل في تفتيت الحصى.

القول في السمَّان: أما إن جعلنا **السمّان** نوعًا من **العصافير** لم نَخْرج عن الجادة، وإن جعلناها نوعًا من **الحَجَل** لم نكن أيضًا في ذلك أخرجناها عن جنسها، أما جِرْمها فبأجرام العصافير أشْبه، وأما مزاجها فكأنّه وسط بين مزاج **الدجاج** وبين مزاج **الحَجَل**، وهو إلى مزاج **الدجاج** أميل. وهي ألطف جوهرًا وأميل إلى الحرّ قليلاً، وهي جيّدة **الكيموس** طيّبةُ الطّعم نافعة للأصحّاء والناقهين، ولحومها تفتّت الحَصَى وتُدِرُّ البول.

وأما **الزرازير** فكأنها شيء بين العصافير وبين **النُّغَر** وهي نوعان: أما **الأسود** فأحرّ وأيبس، وأما الآخر فدونه في الحرّ واليبس، وكلاهما غليظ الجَوهر بطيء الهضم، وهي تأكل حيواناتٍ **سُمِّية فهي** لذلك ربّما أضرت بآكلها، وكذلك **السمّان**، لهذا يجب إمساكها أحياء يومين أو ثلاثة وحينئذٍ نستعملها لينهضم ما أكلت من تلك الحيوانات في أبدانها وبعد ذلك نستعملها.

فإن اعترض عليَّ معترض في هذا بأن يقول: فإنه إن انهضمت أغذيتها في أبدانها فإنه مع ذلك يبقى في **الكيموس** شيءٌ ممّا تولّد عنه، وهذا الاعتراض – لَعمري – شيء يُخَيَّل لسامعه أنه حق وليس كذلك، فإن الخالق – سبحانه – قد جعل فيها قوةً تُجيد بها هضمَ الرديء حتّى يعود محمودًا، وهذه الخاصّة إنّما هي بجملة جَوهرها، وعلم البشر مُقَصِّر عن إدراك ذلك كما يَقْصر عن إدراك أشياء كثيرة، فإن الإجماع قد وقع بين جميع الأطبّاء في أنّ **الدجاجَ** أفضل اللحوم كلّها بأجمعها، وهم يَرون سقي أمراقها لمن بدأه **الجذام** ويعتمدون على ذلك ويعتقدونه كما لو أنه الحق. والدجاج تراها تأكل حيواناتٍ **سُمِّية** لو أكل الإنسان منها درهمًا لتَجَذَّم على كل حال بما قَدّر الله سبحانه، فلما جاء هضم ذلك في أبدان الدجاج انقلبت عنه فيها حتى إنّا نجد أمراقها تنفع **المجذومين** نفعًا لا يُنكره أحد من الأطبّاء.

ذكر النُّغَر :

وأما النُّغَر فإنها غليظةُ الجوهر حارّة يابسة سوداوية ، و**الكيموس** المتولِّد عنها رديء ، وهي مع ذلك قد تؤكل ، وطعمها – إذا أُجيد طبخها – صالح .

ذكر الغربان والبزاة والصقور والحداة والعُقبان والرَّخَم :

هذه حارّة يابسة وكلّها بطيئة الهضم ، وقد ذَكر الأطبّاء أن أكل **البُزاة** و**الصقور** وما له جُرأة من الطير يُشَجّع القلوب ويَشدُّ النفوس ويُقوّيها .

وأما **الغربان والرَّخَم والعُقبان والحِداة** فلحومها رديئة وليست باللذيذة ولم تَجْرِ العوائد بأكلها ، وأما **مَرَارتها** فإنّها تجلو العينَ وتُقوّيها متى وقعت في الأكحال بإذن الله .

وفراخ **البُزاة** و**الصقور** لذيذةُ الطعم تُشَجِّع النفوس وتنفع بخاصّة من **المالينخوليا** .

ذكر البيض :

المعهود عند الناس إنّما هو بيض **الدجاج** ، وبيض كلّ طائر أضعف حَرًّا من الطائر الذي هو بيضه وأضعف تجفيفًا .

والبيض إذا أُكِلَ **نيمرشت** صالح يُغَذّي تغذيةً حسنة ، وإذا طُبِخَ مسلوقًا حتى يَصلُب نفع من إطلاق البطن ، وإذا سُلِقت [البيضة] حتى تَخثر ولا تبلغ إلى حدّ الصلابة سكّنت **السعلة** التي تكون من خشونة الرئة الحادثة من الغبار والدخان أو من أكل الخل أو من أكل شيء يابس أو غيره مما يُخَشِّن قصبةَ الرئة من الأشياء القابضة والحِرِّيفة .

وإذا وُضع رقيق البيض في العين **الرَّمدة** نفعها ، وإذا استُخرج دهن البيض سَكّن الأوجاع سواء كانت من أسباب حارّة أو باردة ، حاشا أوجاع **الحُمْرة** . وإذا فُضِخَت [البيضة] نيئةً ووضعت على البدن أحدثت فيه إملاسًا وحسنًا ، وهذا يصلح ذِكْره في كتب الزينة ، وإذا تُحسيت مسلوقةً ولم تَصْلُب بعد كانت نافعةً من **سحج المِعى** ومن الألم العارض في **المَعِدة** وفي المِعى من شرب الأشياء السُّمِّيَّة ، وفيها قوة غير قوية في النفع من السموم عمومًا .

أما بيض البُرَك فهو أيضًا لذيذ الطعم عند الناس ، وهو أحرُّ من بيض **الدجاج** وأقلُّ رطوبة ، و**بيض الإوزّ** قريب منه ، و**بيض الحَجل** أخفّ من بيض **الدجاج** ، وأما **بيض الحمام** فأخفّ من بيض **الدجاج** وأرطب ، ولذلك يُعين على الجِماع وخاصّةً إذا طُبِخَ **بالبصل** وبماء **اللّفت** .

وأما **بيض النعام** فأحرُّ وأقلّ رطوبة ممّا ذكرته من سائر البيض ، وبيض **العصافير** أخفّ من سائرها وأحرّ وألطف جوهرًا من **بيض الدجاج** .

وأما **بيض الأطواس** فكما أن الأطواس أغلظ جوهرًا من الدجاج كذلك بيضها أغلظ جوهرًا ، وهي في سائر ذلك مثل **بيض الدجاج** سواء بسواء .

وأفضل ما يُستعمل البيض كما ذكره حنين[7] : يؤخذ **بيضٌ** عَشر عددًا ، تُكسر وتُخلط في إناء **حَنْتم** ويوضع عليها من **الزيت** ومن **الخلّ** ومن **المُري** النقيع من كل واحد مغرفة صالحة ويحرّك على النار حتى يَثخن جرمها وتُنْزل عن النار .

والناس يطبخون **البيض** على أنواع مختلفات منها أنهم يَقلونها ، ومنها أنهم يعملون منها **أمراقًا** بالفُتات و**بالكزبرة** ويطبخونها في الفُرن وفي غير الفرن ، ومنها أنهم يطبخونها **بالجُبن** الطريّ ، يَعجنونها به ثم يقلونها وبعد ذلك يستعملونها **بالعسل** ، **وهذا أشر غذاء يُعْقِب أمراضًا رديئة صعبة ، وأشرّ من هذا أنهم يضعون البيض في الحوت ويطبخونه معه ثم يأكلون ذلك ، وهذا ضربٌ من الشّبَك للمرض** .

وأما **قشر البيض** إذا حُمِس وشُرِب فإنّه يقطع الإسهال بإذن الله ، وإن وُضِعَ في **الأكحال** جلا البصرَ وجَفَّف الدمعةَ ونفع العين .

و**مِحاحُ البيض** أفضل من **بياضها** بكثير ، ولذلك من أراد تَجنُّبَ ضررها استعمل المحاحَ وحدها دون البياض .

ذِكْر اللحوم من الماشي على أربع :

أكثر ما يَستعمل الناس **لحم الغنم** ، وهي حارّة رطبة أفضلها ما ليس بالصغير ولا بالمُسِنّ الكبير – الذُّكْران خاصّة – ثم لحم الخَصِيِّ من الذكور المعتدل بين الصغير والكبير ، ثم الإناث المعتدلة في العُمر .

7) حنين بن اسحق العبادي (260هـ/ 873م) طبيب ومن ألمع تراجمة الكتب العلمية اليونانية (ابن أبي أُصيبعة 1 : 184؛ بروكلمان 3 : 247–256).

وأما **صغار الغنم** ففيها رطوبة كثيرة جدًا، وهي لذيذة الطّعم، ولكنها تُحدِث في الأبدان رطوباتٍ فضليةً، فلذلك يجب تجنُّبها، فإن استعملت فَشِوَاء في السفُّود أو في الفُرن أو **بالمُري**، وذُكِرَ أن صغارها أشبه من إناثها بكثير؛ وبالجملة فإن لحم **الضأن** كلّه إنّما يجب أن يستعمل بما يُجفِّف من رطوبته مثل الطبخ **بالمُري** ومثل الطبخ **بالزيت** الكثير ومثل طبخها **بالخلّ**.

وشَرّ ما تُستعمل إذا استعملت في ثريد أو **مَضيرة** فإن مضرَّتها حينئذٍ تتضاعف أضعافًا.

ذِكْر المَعْز:

أفضلِ لحوم **المَعْز** لحومُ صِغارِها، وخاصّة الذّكران منها، وشرّها كلّها المُسِنّ. و**فحول الضِّراب** منها شرّ من الخصيان، والذُّكران منها شرّ من الإناث، تُغذّي صغارُها باعتدال أو تزيد في اللحم زيادةً محمودة وتُعين على الباءة بعضَ المعونة وخاصّة إذا طُبِخَت **باللّفت** أو طُبِخت بلون يقع فيه **الحِمّص**.

وأما **الشوارف**(8) منها فإنها تُحدِث فسادًا في الأخلاط وضروب الوساوس وأنواعَ الجنون، وكثيرًا ما تُحدث – بإذن الله – **الصَّرْع** و**الجَرَب** المتقيّح، وأمراضُها مذمومة جدًا.

وأما **لحم الجِداء** فإنها كادت تخرج – لإفراطها في الجودة – عن اللحوم من ذوات الأربع.

وأما **لحوم الجمال** فإنّها غليظةُ الجوهر جدًا يابسةٌ باردة يبطئ انهضامها، وشحومها أغلظ من سائر الشحوم، ولذلك تراه يَجمد، وهو حارّ الملمس.

وأما **لحم البقر** فإنه غليظ الجوهر سوداويٌّ جدًا، باردٌ يابسٍ بحسب النظر الطبيّ، وأما من حيث إنه لحم فخارج عن النظر الطبيّ، و**لحوم البقر** كلّها فيها عُسرٌ وبُطْءٌ في الانهضام، وصغيرها الراضع لا بأس به في جودة الجوهر، وهو لا أقول فيه إنه سريعُ الانهضام إلا بقياسه إلى مُسِنّها، وكذلك لا أقول إنه بطيءُ الانهضام إلا بقياسه إلى **الدجاج** و**الدُّرَّاج** ولحم **الجَدْي** الصغير.

8) الشوارف (جمع شارف) أي المسنّة.

القول في لحم الصّيد:

لحوم الصّيد كلُّها – أعني ما يَمشي على أربع – غليظةٌ سوداوية، أغلظها لحومُ **بقر الوحش**، وهي أحرُّ من الأنسية وأجفّ، ثم لحوم حُمُرِ الوحش، وكلاهما سواء باردٌ يابس.

ذكر الأُيَّل:

وأما لحم الأُيَّلِ فالأنثى خير من الذكر، والصغير خير من الكبير بكثير، وهو حارّ يابس غليظ الجوهر يُولِّد – بإذن الله – أخلاطًا سوداوية وأمراضًا سوداوية، وهو على حاله أشبه من **العَنْز** الشارف، وأما الصغير جدًا الراضع الذي لم يَرْعَ العشبَ فلا بأس به، وهو مثل **الجَدي** الصغير الذي قد أخذ في أكل العشب، والأنثى أصلح من الذكر.

ذِكْر الوعول:

الوعول حارّة يابسة بطيئة الهضم، إناثُها خير من ذُكرانها. الخِلْط المتولّد عنها سوداويّ، والصغير منها أصلح من صغير **الأُيَّل**.

ذِكْر الغزلان:

هذا الحيوان إنّما هو في البلاد المنحرفة إلى الحرّ، وهو حارّ يابس ليس جوهرُه مثلَ جوهر **البقر** ولا مثلَ جوهر **العَنْز** الشارف، وهو أحرّ وأجفّ من **جدي** المَعْز، وهضمه سريع وغذاؤه محمودٌ صالحٌ معتدل، والأنثى خيرٌ من الذكر في ذلك، وله خاصّةٌ أنه يقوّي النَّفَس، وإن استَعْمَلَ ماءَ لحمه من سقطت قُوتُه أو غُشِيَ عليه من استفراغٍ أنعشه لا لأنه أسرع في تغذيته من غيره بل بخاصّة فيه.

ذكر الأرانب:

الأرنَب حارٌّ رطب، ومُسِنُّه بطيءُ الهضم يابسُ المزاج رديءُ الجوهر، وفَتِيُّه خَيْر من الكبير المُسِنّ. وأما صغار الأرانب وهي **الخرانق** فجيّدةٌ حارّة رَطْبة تُغذّي بسرعة وتُعين على الباه، خاصّة إذا طُبِخت مع ماء **البصل** أو مع الماء الذي نُقِعَ فيه **الحمّص**.

وخاصّة الأرنب أنه يُفتِّت الحصاةَ، وخاصّةُ رأسه إذا طُبِخ الرأس **تفايا بيضاء** وأَكَلَه المرتعش نفعه، بإذن الله. وخاصّة رِجْله أنها إذا عُلِّقت على الفخذ لم تَحمِل المرأةُ

إذا جومعت والرِّجْلُ معلَّقة في حزام الرجل والمرأة – هكذا ذكروا – وأما خاصته في الحصى فإنّي تحقَّقتها وكذلك خاصّته التي في رأسه للمرتعش.

وذكروا أن له خاصّة أن دمه إذا وُضِعَ على الوجه أزال **النَّمْش** و**الكَلَف** عنه وأذهب ذلك.

ذِكْر الريم:

هذا حيوان ليس في بلدي ورأيته مجلوبًا، وهو حارّ يابس ألطفُ جوهرًا من **الأَيِّل**، وصغاره قريبة من صغار **الغزلان** في المنفعة.

ذكر الكرس:

وهذا أيضًا ليس في بلدي ورأيته مجلوبًا، وهو قريب من **الريم** وألطف جوهرًا منه بكثير.

ذكر الدبّ:

مزاجه شبيه بمزاج الإنسان، حارّ رطب غليظ الجوهر.

ذكر السِّباع:

السِّباع كلُّها حارَّة يابسة، و**الكلاب** نوعٌ منها وكذلك **الذئاب** و**الفهود** و**الثّعالب** و**الأُسود** و**النّمور** وغير ذلك من السِّباع كلُّها حارّة يابسة، وأشدُّها حرارةً **الأسدُ** و**النمر**، وما سوى ذلك تابعٌ بفضل بعضها في ذلك على بعض، وهي كلُّها بطيئة الهَضم رديئة الغذاء لا خيرَ في استعمالها، وخاصّة ما هو قد أسنَّ منها.

ذِكْر القُنفذ:

هذا الحيوان مزاجه مشتَّت، **فجلدتُه** حارَّة يابسة، و**لحمه** حارّ جدًّا وليس بيابس لكن إما معتدل وإما خارج عن الاعتدال بشيءٍ يسير، وهو لذيذ الطّعم، و**شحمه** لطيف جدًّا يُسَكِّن الأوجاعَ الحادثة عن أسباب باردة، وينفع – بإذن الله – من **الكُزاز** و**اللَّقْوَة** و**الفالج** إذا دهن به، ومتى دُهِن به الذكر أحدث لذةً زائدة عند الجماع وإنعاظًا قويًا، وإن تُدهِّن بشحمه أحرَّ البدن وجلَب **البراغيث** إلى من يَدهن به، وذَكَرُه إذا جُفِّف وشُرِب مسحوقًا أنعظ إنعاظًا قويًا شديدًا، وكذلك يفعل ذكر **الأَيِّل** بخاصّة

فيهما، و**جلده** إذا بَخَّر المرءُ به فرجه أو كان به أَسْرُ البول أطلقه بإذن الله. ودخان قشره – أعني جلدته – تطرد الهَوام كلَّها وكذلك يفعل دخان القرون كلِّها ودخان قرن **الأَيَّل** في ذلك أقوى بكثير.

وأما الخنزير فإن الشرع يمنع من ذكره.

ذِكْر السَّمُّور:

هذا حيوان حارٌّ جدًا، خُصْيتاه هما **الجندبادستر**، ومنافعهما في التداوي معلومة كثيرة. وأما لَحْمه للأكل فمذموم.

ذِكْر الضَّبُع:

الضّبع نوع من السِّباع، حارٌّ وليس بالقَوِيِّ في اليُبس، ولِكَفِّهِ اليمنى خاصّة ذكروا أنَّ من حَبَسها تيسرت عليه شؤونه، بإذن الله.

ذِكْر القُنْلِيَة:

أما القدماء فلم يَذكرها منهم أحد، وزعم المتأخرون أنها باردة يابسة وأنها تُحدِثُ رياحًا في البدن بخاصّة جوهرها.

ذكر اليَربوع وسائر الفئران:

هذا حيوان أنواعه كثيرة وكلّها حارّ يابس، أصلحها نوعٌ منه بريّ لونه فرفيري حسن المنظر أكبر من الفيران، وهو دون **القنلية**، ثم **اليربوع**، وكلها – كما قلت – حارّة يابسة خاصَّتُها إذا أُكِلت مشوية قطعت سيلان اللعاب – بإذن الله – وشرّ أنواعها كلِّها **فئران البيوت**.

ذكر الضَّبِّ:

الضَّبُّ حارّ يابس ليس غِلَظه بحسب ذلك، فهو يُوَلِّد حرارةً في البدن ويُبسًا.

ذكر الحيَّات:

الحيَّات كلّها حارّةٌ يابسة، شرّ أنواعها كلِّها ما بعدت مواطنها عن المياه.

وأنواعها كثيرة، كلّها لها قوة في دفع اليُبس عن الأبدان إلى الجلد، و**الأفاعي** في ذلك أفضل من سائر **الحيَّات**، وإناث الحيّات أجود من ذُكرانها. و**للأفاعي** خاصّة أنها

إذا خُنِقت **بالأرجوان البحري** ثم لُفَّت تلك الخيوط برفق على عنق من يشتكي **بالخوانق** أبرأته بإذن الله، ولها خاصّة أنها تنفع من الجُذام، حقّق ذلك **جالينوس**، وأما أنا فإني مرارًا كثيرة أمرتُ من يشتكي من فساد مزاجه بأن يأكل من **الأفاعي تفايا بَيضاء** فانتفع بذلك بإذن الله، وقد كنت أيام امتحانِ عليّ بن يوسف[9] لي احتجت إلى أن أُطْعِمها من به فساد في مزاجه. والأفاعي هناك غير موجودة فأمرته بأن يأكل من إناث الحيّات الفتايا السمان البرية فانتفع بذلك بإذن الله.

ويجب – عندما يذبحها الذابح – أن يمدَّها ويضعَ سكّينين حديديين عليها: أحدهما في أول الموضع الذي في الرقبة من جهة عنقها والآخر عند الموضع الذي يأخذ في الرقّة من جهة ذنبها، ويضرب ضاربان على السكّينين دفعة لينقطع طرفاها فإنّها إن لم تنقطع بمرّة سرى سمها في لحمها فيموت من يأكل منها أو يألم ألمًا عظيمًا، أو يُتّخذ لها سكّينان في نصاب واحد، ومن الصواب أن تمد على ظهرها ليكون قطع الحديد في أوداجها قبل أن يأخذ في قطع عَظْمها فإنّي رأيت أنّ ذلك أصلح بسبب الشرع، فإن وقع الضرب عليها وبقي سَبَب يصل بين رأسها وبينها أو بين ذنبها وبينها فإن الحزم في رَميها بجملتها.

ذكر النُّموس:

هي أنواع كثيرة منها نوع يشبه الهرّ يسمّى **فلارجة**، ومنها نوع يسمّى **الدلق**، وهو مثل **الفلارجة** ومنها النّموس الأهلية. أفضلها الفلارجة وهي حارّة يابسة طيّبة الطّعم.

ذكر الهرّ:

الهِرُّ بارد يابس خاصته إذا كان يماس[10] الإنسان كثيرًا أحدث السل والذّبول، وهو رديء الغذاء مذموم لا خير في أكله.

ذكر الظَّربان:

الظربان ليس هو في بلدي ورأيته في بلاد **المغرب**، ويبدو منه أنه أغلظ جوهرًا من القُنفذ وأما جرمهما فيتقاربان، وأظن أن **القنفذ** أيبس منه وهو في سائر الخصال مثل

9) هو أمير المسلمين علي بن يوسف بن تاشفين، ثاني ملوك الدولة المرابطية (500–538هـ/1107–1143م)، وكان قد سجن عبد الملك ابن زهر في مراكش، وهي المحنة التي كثيرًا ما يشير إليها المؤلف في كتبه.

10) في أ: يمس.

القنفذ، و**القنفذ** لا محالة ألذُّ طعمًا وألطف جوهرًا، ولم أُجرِّب من منافع شحمه شيئًا ولا من مضاره، ولا أذكر فيه خاصيّةً أتحققها، والذي يشبه منه أنه أشبه شيء في مزاجه **بالقنفذ البرّي** المعروف، و**القنفذ** ألطف جوهرًا منه.

ذكر الجَراد:

هو من الحيوان الطيّار، وهو مع ذلك من الماشي على أربعِ قوائم فهو كأنه داخل في النّوعين، فلذلك أفردت القول فيه، وهو حارّ يابس لطيف إذا قيس بسواه، والكيموس المتولّد عنه رديء قليل، والناس يستعملونه طبخًا، وأشبهه ما كان أحمرَ اللون عظيمَ الجرم سريع الحركة، وما يؤخذ منه بالأندلس لم تَجْرِ العادة فيها بأكله بوجه، وسمعتُ النّاس يقولون: إنه يقتل آكلَه بالأندلس، ولم أتيقّن ذلك، وهو للمحرورين عظيم المَضَرَّة ولأهل **البلغم** ورطوبة الأبدان أشبه منه بكثير، وكأنه عند الناس من الكوامخ، فما أُكِل منه على تلك السبيل فمضرَّتُه يسيرة، وأما ما أُكِل على طريق الغذاء فإنه يجفّف ويُحرّ فَيحرق الدم ويُعْقِب آفات.

الألبان:

أفضل الألبان **لبن المَعْز** لحين حَلبه إذا شرب، على الصوم، وهو بدفئه يُغَذّي البدن غذاءً محمودًا حتى إنهم زعموا أنه يُسْمِن المسلولين.

وأما **لبن الضأن** فلذيذ جدًا وهو كثير المضارّ، وافر الترطيب، غليظ الجوهر، مذموم.

وأما **لبن البقر** فأقلّ رداءة من لبن الغنم، وهو أيضًا غير محمود.

وأما **لبن النُّوق** فهو يُقَوّي المعدةَ والكبد، وهو بعيد عن التجبين، والألبان كلّها عمومًا تُطْلِق البطن.

وكذلك شُرب الماء الفاتر يُحْدِر الفضولَ عن المعدة.

ذكر الجُبن:

الجبن الرطب باردٌ رطب تكون عنه أخلاط غليظة، إذا انهضم كان غذاءً جيّدًا، وأما الجافّ فرديءٌ عُفونيّ يُجفّف وهو مع ذلك لا يخلو من تعفين.

ذكر الزُّبْد :

الزُّبد بارد رطب عمومًا يُسَكِّن اللذْع ، وإذا طُبِخَ قلَّ ترطيبه واكتسب حرارةً يسيرةً من النّار ومن الملح .

ذكر الرائب :

بارد رطب يطلق البطنَ ويُخِلّ بالعصب والدماغ .

ذكر الشّراز :

أضعف تبريدًا من **الرائب** وأضعف ترطيبًا منه ، وهو أيضًا مُضِرّ بالدماغ والعصب .

ذكر الخلاط :

الخلاط من أعظم الأشياء إضرارًا وأقواها تعفينًا ، يُتَجَنَّب على كل حال .

ذكر ثرائد اللبن وما يطبخ منه :

إذا طُبِخَ اللبن ازداد طيبًا وإلذاذًا وازداد إضرارًا لشاربه ، وأما إذا صنع به **الثّريد** فقد جَمع ثريدُه إلى مضرة الثريد مضارَّ **اللبن**.

ومطبوخُ **اللبن** على جهة الغذاء في نهاية المَضَرَّة ، وأما على طريق الدواء فإنه إذا طُبِخَ في قِدْرٍ جديدة وغُمِست فيه مع ذلك صنوجُ حديدٍ حتى يَختر قَطَع الإسهال بإذن الله .

ذكر الدُّهن المستَخرج من الجبن الجاف :

إنّا قد نستخرج من الجُبن الجاف دهنًا كما نستخرج من سائر ما يمكن استخراجُ دهنٍ منه . و**دُهْن الجبن** حارٌّ يابسٌ كثيرُ التحليل والجَلاء يُحَلِّلُ **التّهيّج** بقوة وينفع من **الثّآليل** بحول الله ، وأما **مَيْس اللبن** فإنه يُسْهِل ماءَ الصفراء إذا شُرِب ، وفيه تبريد ليس بالقَويّ .

ذكر الحيتان :

ذَكَر جالينوس أن الحوت[11] الكثير الأرجل مما يعين على الجماع بقوة. وهو **الربيثا ولا شك** أنه الذي يُسَمّى عندنا **بالقمرون** ، مزاجه حارٌّ رطب باعتدال ، وهو لطيف الجَوهر بعيد عن اللّزوجة ، فهو عندي محمودُ الغذاء ، فإن اعترض عليَّ معترض بما قيل في أنواع الحوت أن من الشروط في جَيِّدها أن يكون كثيرَ الدم و**الربيثا** نراها إما عديمة الدم وإما أن يكون لها دم يسير يَخْفَى ، فالجواب : هذا من شروط المحمود من **الحوت** ، ولكن **الربيثا** من صِغَر الجرم في حَدٍّ يُخْفي دمَها لأنها لطيفة الجوهر ودمها ألطف وألطف فبلطافته لا يظهر فيها وإلا فانظر من سائر أنواع الحوت ما يكون في جرْم **الربيثا** ودمه ظاهر .

وإنّما حَمَد الأطبّاء من **الحوت** أن يكون كثيرَ الدّم لأنَّ أعظمَ الأخلاط موافقةً لطبيعة الإنسان إنما هو الدم ، ولما كان **الحوت** أكثر أخلاطه وأمشاجه إنّما هو جوهر بَلْغميّ – على ما نراه عيانًا – كان أحمدَ ما يكون الدّم له فيه وفور ، إذ ليس نجد من الحوت إلا ما الرطوبة البَلغمية فيه كثيرة لا تَخفى عن الحس إلا الربيثا ليس فيها لزوجة وهي بعيدة عن ذلك للطافة جوهرها .

وأما سائر أنواع الحوت فأفضلها ما كان أقلّها لزوجة وكان له قشور كالدّراهم تعلوه وكان دمه كثيرًا ، وإذا صِيدَ لم يلبث في البَرّ حَيًّا إلا قليلاً ويسرع هلاكه عندما يُصاد فإن حياةَ **الحوت** مدةً طويلة وقد خرج عن الماء أدلُّ شيءٍ على سوء مزاجه ولزوجة الأمشاج المتولدة منه ، فإنه ليس يَحيى في البَرِّ مدةً إلا لأن عليه حجابًا من لزوجة تمنع عنه وصولَ حرارةِ الهواء ويُبْسِهِ إلى أعضائه الرطبة بالرطوبة الطبيعية ، وإنّما يَهلك الحيوان إذا فسد مزاج أعضائه الرئيسية وخاصّة القلب ، فاللّزوجة تمنع وصولَ حرِّ الهواء ويُبْسِهِ إلى باطنه فلا يَفسد مزاجه ، فلهذه العلة يكون بعض أنواع **الحوت** عندما يخرج إلى الهواء يموت بسرعة وبعضه يُقيم حيًّا مدة. وهذه الرطوبة التي تمنع وصولَ الهواء إلى أعضائه وتدافعها وتَحْجُبها عنه تُعين على حياته في البَرّ مدةً بوجه آخر هو أن كلَّ حيوان – أيَّ حيوان كان بريًا أو مائيًا – قد جعل الله سبحانه في أبدانها شيئًا تسميه الأطبّاء **حارًّا**

11) يُطلق الحوت في بلاد الغرب الإسلامي على السمك عامّةً صغيره وكبيره.

غريزيًا به يكون ما يَفعل وما ينفعل في الأبدان بقدرة الله تعالى. فإن كانت في الحيوان رطوبةٌ كثيرة لَزِجة – وخاصّة في خارجه كما في **الحوت** – امتنع هذا الحارّ الغريزيّ من الخروج والتحلُّل فتطول حياتُه في البَرّ ولا يَهلك إلا بعُسْرٍ كما يكون حال **اللُّبْس** وحال **السلابيح** وحال ما هو من الحيتان البحرية الكثيرة اللزوجة، وربَّما طالت حياةُ الحيوان أيضًا وقد قُتِلَ بوجه آخر كما يَعرض في **الحيّات** وفي **الجراد**، وإنّما ذلك لِلُيْبس الذي خُلِقت به فَيَعرض فيها من بَعْدِ تحلّل الحارّ الغريزيّ منها ما يَعرض في **حجارة الجيارين**، فإن حجارةَ الجير لما أفرط يُبْسُها بالنّار وتكاثف جِرْمها وصَلُبَت بقيت على ما أكسبتها النّار من حرارةٍ في جوهرها فلا تَخرج ولا نحن أيضًا إن لمسناها نُحِسّ ذلك، فإن زال ذلك اليُبْس بأقلّ نداوة تحلَّل ذلك عنها وخرجت الحرارةُ التي اكتسبتها عنها، وبعد مدةٍ تبقى الحجارة باردةً في طبعها كما فَطَرَها الله سبحانه، وحينئذٍ ربّما استعملناها في الأكحال النافعةِ للعين.

ولئن خَرَجْتُ عَمّا كُنت شرَطْتُه من ألّا أُعَلِّلَ شيئًا أرجع إلى قصدي الأول وأعدل عما جَنَح بي إليه نَسَقُ القول فأقول:

فما كان من **الحيتان** قليلَ اللزوجة فهو أجود وما كان منها له فُلوس فهو أحمد، وما كان له دَمٌ أحمر خيرٌ ممّا يكون له دم أصفر.

وصغير أنواع **الحوت** خَيْر من كبيره، ولا يُفْهَم من قولي هذا أن صغير **الحوت** من نوعٍ خيرٌ من المعتدل قَدّه في ذلك النوعِ فإنّي لا أقول ذلك بل أقول إن الشابّ في **الحوت** خيرٌ من صغير ذلك **الحوت** ومن مُسِنِّه.

وأنا أحمد ما حمده الأطبّاء قبلي أَنَّ **الحوتَ** الذي نوعُه صغيرٌ خيرٌ من **الحوت** الذي نوعه كبير، فإن **الحوت** المعروف **بالرضراض** خير من سائر **الحيتان**، وأعرف في الأدوية **حوتًا** يسمّى **بالسمك** رأيته وخَبرته وخبره زُهْر بن عبد الملك، أبي رحمه الله[12]، وعسى أنه **الحوت** الذي حمده الأطبّاء، وسَمَّوْه **رضراضًا**.

وما يكون من **الحوت** في المياه الجارية خيرٌ مما يكون في المياه القائمة القليلة الجرْي. وأما ما يكون في المياه القائمة الراكدة فَشَرٌّ كلُّه كاد يكون قتّالاً.

12) هو الطبيب أبو العلاء زهر بن عبد الملك ابن زهر الإيادي، والد المؤلف، توفي عام 525هـ/ 1130م. التكملة 1 : 234؛ عيون الأنباء 3 : 104.

و**الحوت** البحريّ – قولاً عامًّا – خير من الحوت النَّهري، وما قَلَّتْ سهوكة **الحوت** خَفّت مَضَرَّتُه وكان **الكيموس** المتولّد عنه أحمد، فإنَّ حاسّة الشم إنما جعلها الخالق – سبحانه – لِيَعْرِف بها الحيوانُ ما يَنفعه ممّا يضرّه.

فما كان كريهَ الرائحة فهو مخالف للذي رائحتُه طيّبة، وقد كنت عزمت على ألا أُعَلّل شيئًا ولكن أقع في ذلك اضطرارًا.

وأفضل ما يستعمل من الحوت أن يُسْلَق بالماء الحارّ ثم يوضع في قِدْر كبيرة أو في مَلَّةٍ من فخار أو من حَنْتم فيُصَبّ عليه الزيت صافيًا فإذا نَضج حُطَّ عن النار وأُضيف إليه مغرفةٌ معتدلة متّخذَة **بالخل** و**بالزنجبيل**، هذا ليكون أحسن غذاء، وأما بحسب طِيب الطَّعم فإنْ جُعِل في المَرق **فُتاتٌ** مدقوقٌ فذلك أيضًا لا يُخِلّ به في الجودة، وأما إن وُضِعَ فيه **الكزبرة** أو **البيض** فإن ذلك يُحسِّنُ طعمَه، وكذلك يُحَسِّنُه **الزعفران** طعمًا ومنظرًا ولكنه يُفسِد غذاءه ويُحدِث فيه أشياء رديئة منها أنه يملأ الدماغ أبخرةً رديئة ويَسُدُّ العروق ويُحدِث أمراضًا.

أما إن استُعمل طبيخًا في **الزيت** –كما قلت– بمرقة ساذجة أو من غير أن تضاف إليه مَرَقةٌ سوى **الزيت** الكثير الذي يُطبخ فيه فإني لا أقول حينئذٍ إنه مُضِرّ البَتّة وخاصّة إذا كان من أنواع الحيتان المحمودة.

وكما أنني قلت في **اليمام** وفي **العصافير** إنّها يَجب أن تُطْبخ بعد ذَبْحها بساعات كذلك أقول في جميع أنواع **الحوت** إنه يجب المبادرة إلى طبخها إثر موتها من غير توانٍ.

وأكثر ما يَستعمل الناس **الحوتَ** وقد قُلِيَ في المقلَى بالزيت، وهذا غيرُ محمود فإنه يكتسب كبريتية من حرّ النار بالقَلْي، وكل شيء يُقْلَى فإنّه مُضِرٌّ خاصّة بمن يكون حَارَّ المزاج. وربّما وَضَع الناس فيه بعد ذلك **الخلّ بالثوم** وهذا أيضًا من الخطإ العظيم، فإن **الثوم** يُصَعِّد أبخرةً إلى الرأس فتملأ الرأسَ رطوبةً غيرَ محمودة، و**للخلّ** خاصّةٌ في الإضرار بالدماغ فيزيدون بفعلهم هذا في **الحوت** مَضَرّةً وهم يَحْسبون أنهم يقاومون مَضَرّته، لأنهم يقابلون – بزعمهم – برودةَ جوهر **الحوت** بحرارة **الثوم**، ويقابلون غِلَظ جوهر **الحوت** بلطافة جوهر **الثوم** وبلطافة جوهر **الخلّ**، وبئس ما يَصنعون!

ويَتّخذ الناسُ الحوتَ أيضًا **بالبيض**، وهذا أيضًا مُتَناه في المَضَرَّة وخاصّة ببياض **البيض**، وربّما اتّخذوه **بالجبن** الطريّ فيزيدونه مضرّةً على مضرّة.

و**الحوت** يُتَّخَذ أيضًا شواءً، فإذا اتّخذ في التنّور ونَضِج فإنه صالح، وكذلك إن

شُوِيَ في السفّود وأضيف إليه بعد ذلك **خلٌّ** أو لم يضف.

و**الحوت** كلّه يزيد في المنيّ وفي اللبن، وغذاؤه كثير، وبعضها أشبه من بعض حتى إني أقول إن منه ما ليس بمُضِرٍّ البتّة وخاصّة إذا أُجيد صنعته وطبخه.

والناس يُقَدِّدون **الحوتَ** بالملح، وهذا قد خرج عما كنا تكلّمنا فيه من **الحوت** فإنه يكتسب حرارةً من المكثِ ببعض تعفّن ويكتسب من حرارة **الملح** ومن تجفيفه فيكون جوهرُه ألطفَ وغذاؤه أقلّ ويكون **الكيموس** المتولّد عنه في أكثر الحالات بَلغمًا مالحًا، و**الحوت** الطريّ خير منه بكثير كما أن **الجبن** الطريَّ الرطب على حاله خير من **الجبن** الجاف.

ذكر بيض الحوت:

كل حيوان له بيض فالبيض أبردُ مزاجًا منه وأرطب. والبيض من **الحوت** أضرّ من **الحوت** نفسه، كما أن كل نوع له بيض فبيض ذلك النوع أضرّ من ذلك النوع نفسه لأنه أغلظ جوهرًا وأميل عن الاعتدال.

وبيض الحوت لذيذُ الطعمِ يستعمله الناس طبيخًا أو بالقلي، وأشبه ما يؤكل محلولاً **بالخلّ** أو مطبوخًا **بالزيتِ** الكثيرِ من غير ماء على ما قلت في الحوت نفسه.

القول في أجزاء الحوت:

شرّ أعضاء **الحوت** الرؤوس، وأصلحها كبودها وقلوبها، وكبودها في ذلك دون قلوبها. وأما مواخرها فإنّها خيرٌ من مقادمها بسبب إدامة حركة مَواخرها. **وفَضَّلت قلوبَها** لأن قلب كل حيوان أحرّ من الحيوان نفسه، وكذلك كَبِده، غير أن الكبدَ في نهايةٍ من الرطوبة، وهذا يُخَيِّل أن كبدَ **الحوت** غير محمودة وليس الأمر كذلك لأنها مَعدن الهضم فتكون رطوبتها نضيجة لا على ما تكون رطوبة سائر الأعضاء.

فإن اعترض عليَّ معترض بأن يقول: إنّ الرطوبة التي في سائر الأعضاء قد تواتر الانهضامُ عليها مرارًا في الكبد ثم في العروق ثم في الأعضاء.

فالجواب أن كل هَضْم ينالها[13] إنّما هو بالكبد وعنها أو بما ينبعث منها، ثم إن قولي **رطوبة** اسمٌ واقع على الرطوبة الأصلية في الأعضاء من حيث إنها عضو كذا ويقع

13) في ب، ج: تناله.

على كل رطوبة تكون في أي عضو كانت قد اندفعت إليه على طريق تنقية غيره من الأعضاء عنها أو بوجه آخر، وهذه الرطوبة الأصلية لا جَرَم أنها في جوهر الكبد أنضج منها في سائر الأعضاء.

وأما الرطوبةُ الأخرى التي قلتُ إنها تكون في عضوٍ لتنقية عضوٍ أقوى منه عنها فإن هذه الرطوبةَ لا تُتَصَوَّر انها تكون في الكبدِ والحيوانُ باقٍ على صحّتِه بحال، فإن الكبدَ ينبوعُ الحرارة الطبيعية بحكمة الله – عزّ وجلّ – وبقدرته الباهرة، فالمرض كان يبادر لجميع ذلك الحيوان – لشرف الكبد – ويسارع إليه، فإذا تَبَيَّن أن الرطوبةَ التي في جوهر الكبد أنضجُ فلا يَشكُّ أحدٌ أن كبدَ **الحوت** أصلحُ من جِرْمه.

وأما شحم الحوت فكلُّه غليظُ الجوهرِ إذا قيس من حيث إنه شحم، وكذلك دَمه من حيث إنه دم، وسأذكر ذلك ذكرًا بَيِّنًا عندما أذكر الشحوم وما قيل فيها وأذكر الدماء وما زعمه الأطبّاء فيها.

و**طيّار الحوت أقلّ** غِلظًا من سائر انواعه ولذلك أمكنه الطيران، كما أن الحيوان البري ما يطير منه ألطف جوهرًا ممّا لا يطير.

فإن عارضني معارض بأني وصفت **الكركي** – وهو طائر – بغلظ الجوهر، ووصفت **الغزال** – وهو ماشٍ على أربع – بلطافة الجوهر، فالجواب أنه إذا قست طيران **الكركي**، وله آلة الطيران، مع **الغزال**، ولا آلة للطيران معه ويثب القامة وأكثر ويسابق الطير أو يكاد، لم يَخْفَ عليك لطافةُ جوهرِه ولا خَفِيَ عليك غِلَظُ جوهر **الكَرَكي** فإنه لا يكاد ينتقل إلا بعد جهد كبير.

وإن اعترضني **بالأيَّل** وما وصفته به من غلظ الجوهر – وليس في الوحوش بعدَ الغزال أجرى منه حتى إنه يناهض الغزال في الجَرْي – قلت له: إذا نظرتَ إلى عِظَمِ جِرْمه وخِلْقتِه رأيتَ أنه يحقّ أن يَسْهُلَ على قُوته حَمْلُ بدنه، ولم أقل لك الجري يكون عن لطافة الجوهر، وإنّما قلت الطيران وجَري **الغزال** خاصّة إنّما هو طيران جناح فإنّما هو واثب أبدًا في جريه مستقلٌّ كأنه يطير، وأما الجري، فإنّما هو بسرعة حَرَكة انتقاله، وهذا إنما هو تابع للحرارة، ولذلك ترى جميع الحيوان الحارّ سريعَ الحركة، ولأني اجتنبت الاحتجاجَ جهدي ويَحدوني إليه نَسَقَ القول مضطرًا فأنا منصرف إلى قولي في الحيتان.

وقد قلت إن الطيّارَ منه ألطف جوهرًا، وهذا ممّا لا شك فيه عندي، وكذلك

أقول إنّه كلّ ما كان دَمه أكثرَ مقدارًا وأشدّ حمرةً فإنه أحرُّ مزاجًا إذا قِسْتَه إلى **حوت** آخر أقلّ منه دمًا وأضعف حُمرة في الدم.

وأما **الأصداف** فعلوم أنها باردة أرضية يكون عنها أخلاط سوداوية.

وأما **السرطانات** فإن النهرية منها أرطبُ وأبرد، والبحرية منها أضعف بردًا ورطوبة، ولا أذكر للبحرية منفعةً – أعني في لحومها – وأما قشرها فإنّها نافعة إذا سُحِقَت واكتُحِل بها وإذا هي وقعت في الأكحال. وأما النهرية فلها خاصّة بديعةٌ متناهية صحيحة إذا هي وُضِعت في خرقة وغُمِست بجِرْمِها في ماءٍ مُغْلى حتى تذهب حَياتها ثم وُضِعت في قدرٍ فَخّارٍ جديدة وغُطِّيَت وفي غطائها ثُقْبٌ يسيرةٌ تخرج منها أبخرتُها، وتُتْرَك على النّار كذلكَ حتى تتحمّس تحميسًا يقارب الاحتراق ثم سُحِقَت أصدافها ولحومها وتَسقي منها من عَضَّه كَلْبٌ كَلِب بَرِيء بإذن الله، وقد صحَّ هذا بالتجربة مرارًا.

وقد تُؤخذ هذه **السرطانات** على هذه الصفة في الأدوية الكبار المعجونة التي تنفع من السموم.

وزَعم الأطبّاء – ولم أُحَقِّق ذلك – أن **السرطانات البحرية** إذا طُبِخت وشَرِب المسلول مَرَقها انتفع بذلك، ولا أعرف أنا ما أقول في هذا، ولكن قد ذكره جملةٌ من الأطبّاء الأعيان ولم أختبره بعد.

القول في تفصيل اختلاف أعضاء الحيوانات الطيّارة والمشاة بحسب اختلاف مزاجها وخَواصِّها:

الرؤوس كلّها رَديئة غليظة لَزِجة تُحدِث الآفاتِ في البدن إلا رؤوسُ **الأرانب** فإنّها تَنفع من الارتعاش نفعًا عظيمًا.

ورؤوس **العصافير** جيدة للعَون على الجماع.

وأما **رؤوس الدجاج** فإنّهم زعموا أنها تُذكي العقل. وزَعمت العوام أنها تورث **ظلمةَ البصر** من وقت المغرب.

وأما **رؤوس الحمام** فشرُّ الرؤوس كلّها تُعْقِب أوجاعَ الشقيقة والسُّدَد فلا خير فيها، وليست تصلح إلا لأهل الجهد والتعب الكثير.

وكل **رأس** هو أبردُ وأرطب من الحيوان الذي هو رأسه، و**الأعناق** أصلح من الرؤوس، **ولحمُ الصدر** من الطائر ومن المواشي على أربع صالحٌ لأن الصدر بيتُ المستَوقد للحرارة الغريزية الحيوانية وهو أيضًا غير بعيد من مستوقد الحرارة الطبيعية.

ذكر الثّدي:

مزاج الثدي مزاج الصدر إلا أنها أبرد وأرطب من صدر ما هي ثديه من الحيوان.

والذراعان هما من الطائر الجناحان، ومن الماشي على أربع الذراعان على التحقيق، اليمين منهما خير من الشمال **وأقل فضولاً**، وهما بسبب حركتهما أنضج أخلاطًا وألطف جوهرًا من سائر لحوم الحيوان الذي هما منه جزء.

ذكر البطن:

المُحيط بالمِعَى هو صالح يُغَذّي بقوة، ومُقَدَّم الطائر والمَشّاء على أربع أفضلُ من مُؤَخَّره، والجانب الأيمن أفضل من الشمال.

القول في القلب:

قلب كل حيوانٍ أحرُّ من رأس الحيوان الذي هو قَلْبه، وليس بكثير، وإذا أُجيد طبخُ القلب غَذّى غذاءً جيّدًا محمودَ **الكيموس** قليلَ الفضول، وله خاصّة في شدة قوة القلب.

القول في الكبد:

الكبد أبدًا أحرُّ وأرطبُ من سائر ما هي كَبده، والكبد أكثر غذاء وألذّ للأكل من القَلب وأسرع انهضامًا، جيّدة الكيموس.

ذكر الأطلحة:

الطِّحال رديء الغذاء مذمومٌ كلُّه لا خير في أكله البَتّة.

ذكر الرئة:

حارَّةٌ رطبةٌ يكون عنها دَمٌ محمود رقيقٌ صالح.

ذكر الكَرِش :

باردة يابسة يكون عنها خِلْطٌ سوداويّ، وهي بطيئة الهضم.

و**القانِصة** في الطائر هي بمنزلة **الكَرِش** من المواشي، وهي أيضًا جافّة غليظة بطيئة الانهضام، وهي أحرّ من الكَرِش من أجل أنها قابضة.

ذكر الكلى :

هي بطيئة الانهضام رديئة **الكيموس** مذمومة زَهِمة، و**الكيموس** المتولِّد عنها غيرُ محمود.

ذكر الأنثيين :

هما حارّتان رطبتان إذا قيستا إلى الحيوان الذي هما أنثياه، غذاؤهما كثير وهضمُهما غيرُ بطيء يعين على الباه معونةً ظاهرة، والغذاء المتولِّد عنهما صالح.

وأما **خُصيتا** الديوك فإنّهما أفضل من جميع الأشياء لتغذية المنهوكين والناقهين وأجودها **كيموسًا**.

و**الأقدام** من الحيوان الماشي على أربع من خلف أغلظ جوهرًا من اليدين، وكلاهما غليظان لَزِجتان بطيئتا الغذاء لا يصلح إلا بأهل الجهد والتّعب، يكون عنهما سُدَدٌ في الأحشاء وفي العروق، وهما غير محمودتان وخاصّة لأهل الدَّعَة والسكون.

ذكر المخّ :

هذا جرت العادة بإيقاعه على الجواهر التي تحيط بها العظام، فمنها **الدماغ** وهو باردٌ رطب، وكذلك المخّ الذي جرت عادة اليونانيين بتسميته **الصُّلْبي** (14)، ويوقعون هذا الاسم – أعني المخّ – على الجوهر الذي يوجد في سائر عظام الحيوان – السوق وغيرها – وهذا المخّ هو أحرُّ وأجف في مزاجه، وهو مُلَيِّنٌ لصلابة الأعضاء وبخاصّة مِخاخ سوقِ **الأُيَّل والثيران**، وهي تُخلِّ بالمعدة إذا أُكِلَت، وإن أكثر منها عثت.

14) المخ الصلبي هو النخاع الشوكي.

ذِكْر الحيوان الذي يُجْهَد ويُصَاد :

هو ألذُّ طعمًا، ولست أقول إنه أجود **كيموسًا** في البدن، فإنه إذا تَعِب وأَلِمَ وأُجْهِد عرض في أعضائه نوع من التورُّم، وهو **الإعياء القروحي**، وإنّما ذلك لرطوباتٍ تَنْصَبُّ إلى الأعضاء فَتَلْحَجُ في الفروج(15) والمسامّ التي فيها، وهذه منها ما ينفصل عن جوهر الأعضاء فيكون في حال شبيهة بالصديد، ومنها ما يكون من الفضول التي تَصْلح بعد الاغتذاء بها فَتَلْحج في الأعضاء، وفي خلال ذلك يعاجِل الحيوانَ الذي يُصاد القتلُ فتبقى تلك الرطوبة في الأعضاء لابثةً فيكون الاغتذاء بأعضائه غيرَ محمود عندي، فأما طعمه فألذُّ مما لم يُجْهَد ولم يتعب قبل ذبحه.

القول في اختلاف لحوم الحيوانات بسبب اختلاف الفصول :

لحوم زمنِ الربيع أرطبُ وأقل تغذيةً وهي ألطف، ولحوم الصّيف أجفُّ وهي أقوى تغذية، وأما لحوم الخريف فإنّها إذا أَكَلَت العُشبَ الرّطبَ أرطبُ وأبردُ من لحوم الصيف، وكذلك لحوم الشّتاء.

الحيوان الذي يرعى في الجبال والمواضع الشاهقة أفضلُ ممّا يرعى في السِّباخ والآجام والوِهاد، والتي تشرب من العيون والأنهار الجارية خير ممّا تشرب من البِرَك والحياض الراكدة، والتي ترعى **الإكليل**(16) و**الصعتر** خير من الّتي ترعى البقول التي لا عطريةَ لها ولا قبض فيها، وما يأكل الحبوب – الشعير وغيره – لحومها أغذى ممّا يأكل العشبَ وحده، والتي تَسْرح خيرٌ مِن التي تكون مقصورة(17). وأما التي تأكل **النُّخال** فإنّها – وإن كانت في نهاية من السِّمَن – فإن الغذاء المتولِّد عنها يذهب سريعًا عن جسم الإنسان، وكلّما كان ورودها الماءَ أبعد كان لحمُها أخفَّ وكانت ألذّ.

15) في ح: القروح، والسياق يقتضي إثبات الفروج بمعنى الشقوق.

16) يقصد بالإكليل: العشبة التي تسمّى **إكليل الجبل**، وهو أزير عند عامة أهل المغرب، وسنذكرها في باب المفردات.

17) مقصورة: أي محبوسة في الحظائر والحرائس.

ولحوم الفحول المتّخذة للضّراب حارّةٌ زَهِمَة، وخَصِيُّها ألذ طعمًا من مُطْلَقها. والمطلق ما لم يكن فحلاً للضّراب خيرٌ من الخَصِيّ.

القول في الشّحوم:

أفضلِ شحوم الطير شحوم **البُرَك** – كما قد ذكرت على طريق المداواة – وأما على طريق التغذّي بها فشحوم **الدّجاج** وفراخُ **الحمام** كذلك، وشحوم **الضأن** و **البقر** لذيذة جدًا، وكذلك شحوم **الأيول** [الأيائل] و **الآرام**، وكلّها – يُخلّ بالمعدة وإن أُكْثِر منها غَثّتْ.

القول في صفة النّار التي يُطْبخ بها:

أجودها أن تكون لا قويةً ولا ضعيفةً، ونار **الفحم** أوفق لطبخ الأطعمة والأشربة، ونار **الحطب** اليابس أقوى من نار الحَطب الرطب.

ذِكْر الأواني:

أفضلُ الأواني لطبخ ما يُطْبخ – لو أمكن وأوجدَ الشّرعُ إليه سبيلاً – أواني **الذهب** وبعدها **الفضّة**، ثم – بسبب تحريم تلك الأواني – **الفخّار** وأواني **الحَنْتم**. وأما غَسْلها فمن خمس مرات إلى نَحو ذلك فإن ما يُدَاخل جرْم الأواني من الطّعام يَلْحَج فيها مداخلاً لمسامّها ويتعفّن، فإذا طُبِخَ فيها مرّةً أخرى كان ما قد داخلها من ذلك كالخمير في العُفونة(18) لِما يطبخ فيها، وليس شيء يُحدِث **الحُمّيات العفونية** كما يحدث هذا، وكذلك يُحْدِث الجَرَب القبيح وأنواعًا من الأمراض لكل إنسان بحسب غِلَظِ أخلاطه وبحسب رقّتها وبحسب ما يَلْزمه من الدعة من التصرّف والرياضة.

وأما أواني **النّحاس** فلا يجب أن يطبخَ فيها فإن جوهرها رديء.

وقد زعم كثيرٌ من الأطبّاء أن من لازم أكل ما طُبِخَ فيها عامًا فإنه يُجْذَم.

18) قد يُفهم من هذا الكلام أن ابن زهر كان له إحساس ما بوجود البكتريا، وهذا لا يُستبعد فابن زهر هو أول من تكلّم على قمل الجرب الذي لا يُرَى بالعين المجردة، وقد تكلّمنا على ذلك بتفصيل في كتابنا: «الطب والأطبّاء في الأندلس الإسلامية»، في ترجمة ابن زهر، الجزء الأول.

وأما أواني **الحديد** إذا تعوهدت بالغسل وتُحفِّظ بها من الصدأ الذي يطفح فيها فإن الطَّبخ فيها جيّد وله خاصيّة أنه إذا أدام الإنسان أكلَ ما يطبخ في **الحديد** قَوّى إنعاظه واشتدّت أعضاؤه وقَوِيت على أفعالها، وأما إن طلي **بالقزدير** فهو أيضًا جيّد.

وأما أواني **النّحاس** فإنّها – وإنِ طُلِيت بالقزدير – فلا بدّ على كل حال أن يكون لجوهر **النّحاس** أمرٌ ولكنّه يسير ومع الدُّءُوبِ يَتَمَكّن، فإنّا نرى قطر الماء يؤثر في الحجارة بالدُّءُوب.

وأما أواني **الرّصاص** وأواني القزدير فجيّدةٌ كانت قدورًا أو صِحافًا.

وأواني **الحنتم** جيّدة ولكن الطبخَ فيها يُبْطئ.

وأواني **الزجاج** جيّدة ولكن الطبخ فيها لا يمكن لأنها تنكسر سريعًا، والأكل فيها والشرب موافقٌ حسن.

القول في الطّعام بعد طبخه:

عندما يُوضَع في الصحاف من الحَزْم ألاّ يغطّى إلا بما يَخْرُج البخارُ منه مثل **المنخَل** فإنهم زعموا أن تلك الأبخرةَ إذا تردّدت ولم تخرج أحدثت في الأطعمة قوةً **سُمِّيّة**، وخاصّةً **السمكُ** وجميع ما يكون مشويًا، وكذلك يجب أن يُحْذَر في القدر عند الطّبخ إذا غُطِّيَت أن تكون لأغطيتها أثقابٌ فيها، وإنما يجب أن تكون الأغطية مثقوبةً ثُقَبًا أدق ما يمكن، وأفضل ما يُقْلَى فيه رديء وخاصّة ما هو كثير الدهنية مثل **المرقاص** واللفائف والقلايا فإنّها في طبعها من الحِدَّة والانحراف أمر ليس باليسير فكيف إذا نالها فسادٌ من مزاج النحاس؟

القول فيما يُطبخ بالماء وفيما يطبخ بالزيت والعسل:

ما يطبخ **بالماء** يَلينُ جرْمه فَيَسْهُل هضمُه، وما يُطبَخ في العسل يَصْلُب جرمه ويَضعف هضمُه مثلَ ما يعرض لما يُطبَخ في **الزيت**، ولذلك اختار الأطبّاء الطّبخَ في **الزيت** للينِ لحم **الحوت** فيعتدل بذلك، وأما سائر اللحوم فإنّها لا تحتمل أن يُصَلِّبها الطبخُ في **الزيت** ولا في **العسل** ولا في **الرُّبّ** فإنها إذا طُبِخت كذلك صَلُبَ لحمها وخرجت عن حدّ المستلَذّ، والطبّاخون يَغلطون في هذا فإنّهم يتّخذون ألوانًا بالعسل تأتي أمراقها طيّبةً

وأما لحمها فإنه يكون غيرَ مستَلَذّ ويكون بطيء الهضم ، والصواب في ذلك أن يَطبخ الطابخُ على عادته اللحمَ بالعسل ويَطبخ قدرًا آخر **تفايا** بيضاء فإذا نَضج ذلك أزال اللحمَ من قِدْر العسل جملةً واحدة ووضع مكان ذلك اللحم لحمَ التفايا وتركه قليلاً قَدْر ما يداخل اللحمَ طعمُ المَرَق ثم يُنْزله فإنّه يأتي لذيذَ الطّعم ولا يكون بطيء الهضم إن شاء الله ، وأما اللحم الذي قد أُزيل عن قِدْرِ طَبْخِهِ في العسل فإن فائدة قد حصلت في المرق وهو إن أحبَّ أحدٌ أَكْلَه أَكَلَه ، وهذا الطعام حارٌّ وكأنه معتدل في الرطوبة واليُبس لما يداخله من ترطيبِ الدُّهن واللحم والشحم واللوز ، فإن الطَّباخين من عوائدهم أن يضعوا فيما يطبخونه **مُعَسَّلاً** و**لوزًا** ، وهذا الطعام يكون منه إنضاجٌ وَجلاء ويغذو كثيرًا ويَصلُح استعماله في أيام الشتاء ، وهو من أدوية **المفلوجين** والشيوخ و**المُبَلْغَمين** . وقد يُطبَخ مثلُ هذا بماء الزبيب وهو خيرٌ ممّا يُطبَخ بالعسل وأوفق .

وأما الصنعة في طَبْخِهِ فما ذكرته فيما يطبخ **بالعسل** ، وكذلك قد يطبخ بالرُّبِّ ، والأمر فيها كلّها واحد .

القول في الفواكه :

جالينوس يقولُ في **التين** و**العنب** إنّهما سيّدا الفاكهة .

و**التين** حارٌّ رَطب يُخلِّ بالمعدة ويُليِّنُ البطنَ وفيه جَلاءٌ يسير بسبب ما فيه من الحلاوة ومن اللَّبَنية ، وأفضله أتمُّه نضجًا ، وأردأه الفِجُّ ، وأما جافُّه فإنه أضعف ترطيبًا من الرطب ، وهو حارٌّ أشدّ حَرًّا من الرطب بكثير ، وهو إما معتدلٌ في اليُبس والرطوبة يَميل إلى اليُبس قليلاً وإما أن يكون يُجَفِّف من غير أفراط ، وإخلاله بالمعدة أيسرُ وتليينه للبطن كذلك ، وهو أقلُّ رياحًا من الرطب بكثير ولكنه لا يَخلو مع ذلك من الرياح عند انهضامه ، غير أن رياحه هي أيضًا في البطن وما هنالك ، يغذو غذاءً صالحًا ويزيد في اللحم إذا أُديم أكلُه ويُسكِّن القوة الغَضبية التي في القلب ويَكْسر منها بخاصّة فيه ، ويكون منه عند انهضامه في الأعضاء فَضلة يتكوّن منها فضل بإذن الله تَعالى .

وأما **العنب** فإنّه حارٌّ حرارةً فاترة ، رطبٌ باعتدال يُخْصِب البدن غير أنه تكون عنه رياحٌ في الهضوم كلِّها لا يكاد يخلو عند كلِّ واحد منها من رياح رقيقة تكون منه فتُحدِث في البطن وفي العَضل أوجاعًا حادّةً رديئة مؤلمة بإذن الله تعالى .

ذكر عصيره :

عصير **العنب** أصلُ الخمور و**الربوب** و**الخلول** ، وهو حارٌّ رطب ، إذا شُرِبَ كما يُعْصَر أنفخ **الجوفَ** ثم أحدث **القراقِر** فيه ، وبعد اليومين أو الثلاثة يُحْدِث الأوجاع في الأعضاء في أكثر أحواله اللهمّ أن يَجود هضمُه في بدنٍ قَويّ شابّ ، وذلك قليل ما يكون ، وأما في غالب أحْواله فإن ذلك لا بدّ منه ، فإن طُبِخَ **رُبًّا** كان حارًّا معتدلاً في الرطوبة واليُبس يُعين على الهضم ويَجلو المعدة ويَنْفعُ المريء وقصبَةَ الرئة ، ويُسَكِّنُ **السُّعال** ويُسَكِّن **لَذْعَ البول** ويَنْفَع **المثانة** نفعًا قويًا ، هذا إذا كان طابِخُه يَطبخه في أواني فَخّار أو كانت الآنية من **النحاس** قد طُليت **بالقزدير** ولم يُحرَّك بمُحَرِّكٍ مدةَ طبخه إياه بل أُخْرِج رغوته ونَقّاه عنها برفق ، وأما هذه الربوب التي تُحرَّك عند طبخها فإنّها تُحرق الدم ، وهذه مَضَرَّةٌ لا خيرَ فيها ، وأما إذا لم يُطْبخ عصير العنب فإنه يغلي على ما قد عُلِمَ وحينئذٍ يكون أقوى إضرارًا منه أولاً ، فإنْ تُرِكَ كذلك كانت **الخمر** المُحَرَّمة منه ، وإن وُضِعَ فيه من قبلِ ذلك يسيرُ **خَلّ** أو **خَلٌّ** فيه يسيرُ **خمر** أو صُبَّ فيه شيءٌ من الأشياء الحامضة مثل عصارة **الليم** أو **الرمّان** الحامض أو من عصارة سائر الأشياء الحامضة فإنه يأتي **خَلاًّ** ، و**الخَلُّ** يُبَرِّدُ ويُجَفِّفُ وكلّما تقادم زاد تجفيفه .

ذكر الزبيب :

هو حارٌّ رطْبٌ باعتدال مُنْضِجٌ يزيد في اللحم ويُخصب الكبد وينفعها بخاصّة جعلها الله فيه .

وأما **نبيذه** فهو أضعف من عصير العنب في كلّ شيء ويشبهه .

وأما **العنب** قبل أن يَنْضج المسمّى **حِصْرِمًا** فإنه حينئذٍ إن أُكِل سكَّن **لهيب المعدة** ونفع **المحرورين** نفعًا ظاهرًا ، يُقوّي المعدةَ بخاصّةٍ فيه وبمزاجه ، ولذلك يَقْطع **القيءَ** قطعًا عجيبًا ، والأطبّاء جرت عادتهم أن يعصروه ويستعملوا عُصارتَه في أشربةٍ تُقَوِّي المعدة وفي أطعمةٍ تفعل ذلك للمرضى والأصحّاء ، وقد يَضعون كثيرًا من عصارته في أوانيَ للشمس حتى يَجفّ وما يبقى في قعر الإناء من غليظها كأنه شراب حَفظوه وسَمَّوْه **عصارةَ الحِصْرم** وصرَّفوه بعد ذلك فيما يُقوّي معدةَ **المحرورين** ، ويَقْطَع القيء لمن في معدته خِلْط صفراويّ يُغثّيه .

وعساليج الكرم إذا أُكِلَت قد تنفع من ذلك ، وكذلك إن اتُّخِذَت معجونًا بالسكَّر .

ذكر التفّاح :

هذا من أنفع الأشياء إذا شُمَّ ، يُقَوّي القلبَ والدماغ ، ينفع **المذبولين** ، ونَفعُه للمُوَسْوسين أقوى ، وأما أَكْلُه فَمُضِرٌّ حتّى إني أكاد أقول إنّه لا شيء ممّا يؤكل من الفواكه أَضرّ منه ، يُحدِث رياحًا في العروق وأوجاعًا في العضل ، وربّما كان سببًا **للسلّ** لأنه إذا انهضم يكاد الدمُ الكائنُ عنه لا ينفكُّ يتحلّل منه شيء إلى رياحٍ لطيفة تكون في العروق ، وقد تكون تلك الرياح في العَضل ، فإذا تمدَّدت لم يُؤْمَن من أن تنخرق فإذا انخرقت في الرئة كان منها السلّ لا محالة إلا في النادر .

وسواء في التفّاح أكل نَضِجًا أو أُكِل وقد تناهى نضجه أو أُكلَ أولَ إدراكه ، وأَكْله فِجًّا عندي أيسر ضررًا بكثير فلا أرى استعمالَه . أما عصيره فهو وتَجيره[19] في المضرَّة سواء إذ كُرِه استعماله للمريض والصّحيح اللهمّ إلا أن يستعمله من الشبّان السوداويُّ الصحّة والقوة فإنّه ربّما انهضم انهضامًا تامًا في الهضوم كلّها ولم يُعْقِب مضرّة .

ذكر الكُمثرى :

الكمثرى خيرٌ من **التفّاح** بكثير جدًا ، وهو في إحداث الرياح أضعف من **التفّاح** بكثير ، وترطيبه أضعف من ترطيب **التفّاح** ، فإذا أُكِلَ قبل الطّعام قَطَع الإسهال وإن أُكِلَ بعد الأكل أَلان الطبيعة ، وهو يَقطع العطشَ فإنه مُشَتَّت الأجزاء ، أما الجوهر الحُلْو منه فحارٌّ رطب ، وأما الحامض فبارد رَطب ، وأما القابض فبارد يابس ، فإذا نظرته كما هو قلت فيه إنه يَميل إلى البرد ميلاً يسيرًا ، وأَكله بعد الطعام على سبيل الفاكهة يُقَوّي المعدة ، ومن كان به ضعفُ المعدة والمِعَى فلا يخرج الثّفل عند الحاجة إلى إخراجه دفعةً متّصلاً فإن **الكمثرى** إذا أكله آكله بعد الطعام انتفع به بإذن الله سبحانه . وإن اتّخَذ من **الكمثرى رُبًّا** قطع العطش ونفع من حِدَّة الصفراء ، وإن اتُّخِذ منه عصير لا يلبث أن يَتَحلَّل وكذلك **الخلّ** منه يُقَوّي المعدةَ تقويةً عجيبةً ولم يكن إضراره بالعصب كإضرار سائر **الخلول** لما يكون في جوهره من القوة المُقوية بالقَبْض وبالعطرية .

19) في ب ، ج : وغيره ، والتجير هو الثُّفل ، وهو المقصود من كلام المؤلف.

ذكر السّفرجل :

السَّفَرْجل أغلظ جوهرًا من **الكمثرى** وأقوى تبريدًا ، ولِغلَظِ جوهره لا يفعل في تسكين العطش ما تفعله **الكمثرى** .

و**السّفرجل** أعقلُ للبطن وأقوى[20] في ذلك ، وهو يَشدُّ النفس ويقوّيها ويَنفع من **الخفقان** شَمُّه كما تنفع **الكمثرى** ، و**السَّفرجل** في ذلك أقوى ، وجرت عوائد الأطبّاء أن يتّخذوا من **السّفرجل الجوارشات** أكثر ممّا يتخذونها من **الكمثرى** .

ذكر الرمّان :

الرمّان منه الحامض ومنه الحلو وكلاهما يُرَطِّبان ، والحامض أبرد ، وكلاهما تكون عنه رياح دون ما تكون عن **التفّاح** بكثير جدًا ، وفيهما خاصية محمودة أنهما إذا أُكِلَ الخبز بهما منعاه من أن يَفْسد في المعدة ، وخاصيّة بديعة خَصّهما الله بها : أما الحامض فإنه يَقطع بَلْغَم المعدة وسائرَ البَلْغم ، وإن طُبِخَ به طعامٌ لم يكن ذلك الطّعام يَفْسد في المعدة ، وأما **عصارةُ الحُلْو** منهما فإنّها تُرَطِّب ، وهو في الحرّ والبرد نحوَ الاعتدال ، فإن اتُّخِذَ **رُبًّا** كان نافعًا بإذن الله من فسادِ الأطعمة في المعدة ، فإن تُرِك كان منه شبيهٌ **بالخمر** ثم **خل** يكون مزاجه قريبًا من مزاج عصارة **الرمّان** الحامض .

ذكر الخوخ :

الخوخ باردٌ رطب ، إذا شُمَّ أَنعش من الغَشْي ، وإن أُكِل أَحْدث أخلاطًا زجاجية رديئة ، وكثيرًا ما يُعْقِب **حُمَّيات** طويلةً مهلكةً ، ولا أعرف فيه شيئًا يُنْتَفع به إلا أنَّ شَمَّه –كما قلت– يُنعِش بإذن الله من الغشي ، ويَقطع أَكلُه أبخرةَ المعدة .

وأما لُبُّ نواه فإنه يجلو الوجهَ ويُحَسِّنُ مَرْآه ، وإن وُضِعت من دهنه نقطةٌ في الأذن نَفَع من ثِقَل السمع بقدرة الله سبحانه .

وأما عصارةُ أوراقه فخاصتها أنها تَقْتل **الديدان** حيث لقيتها .

ذكر المِشْمش :

المِشْمش أشبه شيء بالخوخ إلا فيما ذكرته من منافعه ، فإن المشمش خَلِيٌّ منها .

20) في ج : وأفعل ، وهو لا يغيّر المعنى.

ذكر الإجاص الذي يُسمّى عبقرًا[21] :

هو نوعان : **أبيض** مائل إلى الصفرة ، **وأسود** ، وأما **فِجُّهما** ففيه تقويةُ المَعِدة وقَطْعِ العطش . وأما مُدْرِكُهما فإنّه يُليّن الطبيعة ويُرَطِّب ويُبَرِّد ، وتبريده باعتدال ، ويُعَدِّل المزاجَ ويَكْسر من حِدّة **الصفراء** ويُعَدِّلُ مزاجَ المحرورين وفيه إرخاءٌ للمعدة إلا إنْ مُضِغَ قِشْرُه فإنّه يَدبغها ويُقوّيها ، ويجب أن يؤكل قبلَ الطّعام لمن كان يشكو عُقْلَة ، وهو خيرٌ كلّه إلا **للمفلوجين** من المشيخة فقط .

ذكر العُنّاب :

كاد جالينوس أن يُخرِج هذا عن حَدّ الفواكه ، قال فيه بأنه يأكله النساء والصبيان ، وهو معتدل يميلُ يسيرًا إلى الحرّ ويُرَطِّب باعتدال إذا أُكِلَ ، فأما إذا طُبِخَ بالماء فإنه يَستفيد من الماء تبريدًا أو ترطيبًا إلى ترطيبه ، وترطيبه ليس ترطيبًا فَضْليًا ، فهو يَنفعُ الرئةَ والصدر والمريء والمثانة ، هذا على طريق الدواء ، وأما على طريق الاغتذاء والتفكّه فإن جالينوس –كما قلت– كاد يُخرجه عن جملة الفواكه .

ذكر الأُتْرج :

الأُتْرج قِشرُه معتدلٌ في الحرّ والبرد ، شديدُ اليبس ، لطيف الجوهر ينفع المَعِدة ويقاوم السمومِ بعضَ المقاومة ، ويُعَطِّر النكهة وينفع من غِلَظ الأخلاط ، وهو عِطْرِيّ يُقَوّي النفس ، وأما **لحم الأُتْرجّ** فإنه باردٌ رطب تكون عنه أخلاطٌ باردة ، وهضمُه بطيءٌ لِغِلَظ جوهره ، وأما **حُمّاض الأُتْرجّ** فبارد رطب ، والذي طعمه منهما حامض أبرد ، وكلاهما يُبرّدان ويَقْمعان حِدّة **الصّفراء** ويَقطعان العطش ويُذهبانه . وأما **بزره** فحارٌّ يابس مُرّ ، وهو يُلَطِّف **الأخلاط** ويُفَتِّح السُّدَد ويَجلو الأخلاط –إذا شُرِبَ– ويقاوم السّموم ، وإذا تُضُمِّدَ به نَقّى البَشَرة وصفّاها .

وقد يَتّخذ الناس من قشْر هذه الثمرة المذكورة مُرَبّى يحفظونه **بالسكّر** ليطول مكثُه ، وهو جيّد للمعدة ، مُقَوٍّ لها ، نافع من استرخائها بإذن الله ، وكثيرًا ما يتّخذون هذا المُرَبّى من ورق الشّجرة إذا لم يقدروا على قشر الثمرة فينتفعون به نفعًا ظاهرًا بيّنًا ،

21) المقصود بالإجاص هنا هو البرقوق ، وكان الأندلسيون يسمّونه عيون البقر ، ودمجوا الكلمتين فقالوا **عبقر** ، وأما الانجاص (بالنون) فهو الكمثرى.

وكذلك يتّخذون من القشر المذكور ومن الورق المذكور أشربةً تُلطِّف الأخلاط في البدن من غير إحرار .

ذكر الزعرور :

وليس هو في بلدي ، وهو شديد القَبْض يَعقِل البطن إذا أُكِلَ قبل الأكل وربّما أطلقها إذا أُكِلَ بعد الأكل ، وفيه قوّة مُسْهِلَة إذا استُخرجت أسهلت بقوّة وشدة .

ذكر المشتَهى :

المشتهى شبيه بالزّعرور في جميع أحواله .

ذكر التوت :

هذا ما دام فِجًّا يَقبض وفيه تجلية بها يقطع بعضَ التقطيع ، فهو يُقَوّي المعدة ويَجلوها ، فإذا نَضج فإنّه مادّة للعفونة ، يُليّن البطنَ ويُغَثّي بقوّة ، فإن اتُّخذ منه **رُبٌّ** نفع الرئةَ والمريءَ والمثانة ، وإن جُفِّف كان المجَفَّف منه يَفعل ما يفعله الرُّبُّ .

ويَنبت في شجرة العُلَّيْق توتٌ مزاجه مزاج هذا بعينه غير أن توت العلّيق أشبه من هذا في الإضرار بالمعدة ، وهو في سائر أمره يَفعل أفعاله سواء .

ذكر الجوز :

الجوز حارّ يابس يُغَثّي المعدة ويُليّن البطنَ ، وإذا أُكثِر منه أحدث التوقّف في الكلام ، **ودُهنه** إذا دُهن به نفع من الأوجاع التي تكون عن سبب بارد ، وهو لذيذ الطعم وحده أو **بالتّين والسكّر** ، وأجود ما يؤكل **بمُرَبّى الورد** .

ويجب أن يتجنّبه الشبّان ومَنْ مِزاجه حارّ وخاصّة في الصيف ، وأما الشيوخ فلا بأس لهم به ، وإذا أُكِل في وقت البرد القويّ لم يكن ليضرّ بإذن الله .

ذكر البندق المعروف بالجلّوز :

هو شبيه **بالجَوز** في جميع أمره حاشا أنّ تَغْثِيَتَه للمعدة أقلُّ من تغثية **الجوز** .

ذكر بالجلّوز :

هذا حارٌّ رطبٌ لذيذُ الطّعم ليس يُغَثّي المعدة ، وإذا أُكِلَ بقشره الداخلي – لأن في قشره قبضًا – **فهو يدافع تَغْثيته** ، وإذا أُكِلَ نَوَّمَ نومًا معتدلاً ورَطَّب ، وإذا وُضع في

الطّعامِ أحدث فيه رطوبةً غيرَ فَضْلية ، وإذا اتُّخِذَ منه حَسْوٌ نفع الرئة والصدر نفعًا عظيمًا ويُسَكِّن **لذعَ البول** ويُنَقِّي المجاري ويَجلوها ، يصلح لمن يشتكي نُحولاً وهُزالاً .

وإذا استُخرج دهنُه ودُهِنَ به مؤخَّرُ الرأس مع فَقار الظهر أوقف **النّقوس** ، وإذا قُطِّر منه في الأنف أعان على النوم ، وإذا دُهن به الوجه صَقَلَه ونقَّاه ، وإذا دُهِنَت به أعضاء البدن رطَّبها وحَسَّنَها ودافع اليُبس عنها ، وإذا طُبِخ به عوضًا من **الزيت** رَطَّب ترطيبًا حسنًا ونَوَّمَ باعتدال وأصلح حالَ البدن الذي غلب عليه اليُبس بسبب التّعب .

أما **اللّوز** قبل أن يستحكم وهو أخضر فإنه حينئذٍ يُرَطِّب ويُبَرِّد باعتدال فهو يؤكل كما تؤكل الفواكه الرطبة ، وفيه – بسبب الحمضة الموجودة في طعمه – تقطيعٌ يسير .

ذكر القراسيا المعروفة بحَبّ الملوك :

هذه الثّمرة ما لم تُدْرِك فإنّها لا تُرطِّب وهي إلى التّجفيف أقرب ، فإذا نضجت فإنّها حينئذٍ تميل إلى الحرّ قليلاً وتزيد القوةُ المرطِّبةُ فيها ويَقِلُّ قبضُها حتى لا يكاد يتبيّن لها أثر ، وهي مع ذلك بسببه لا تُغَذّي ، وهي تُطْلِق البطنَ وتُحدث دمًا كَدِرًا وربّما أحدثت رياحًا في الأعضاء وأوجاعًا . أكلُها على الصوم خير من أكلها على التّملّي ، وأما عصيرها فأصلح من عصير ثمرة **التفّاح** وخلُّها أيضًا أصلح من عصارة **التفّاح**.

ذكر الموز :

هذا ممّا ليس يَنبت ببلدي ، وهو كثيرُ الرطوبة ، لَدْنٌ لا قبضَ فيه ، وهو يُغَذّي ويُسرع الفسادُ إليه في المَعدة والمِعَى ومن خارج إذا خرج من قشره وبقي ولو قليلاً ، فإن لم يكن بدّ من أكله فعلى الصوم .

ذكر الفُستق :

هذا لا محالة من أفضل الفواكه ، حارٌّ يابس باعتدال يُقَوّي المعدة والكبد بجملة جَوْهره ، وهو لذيذ الطعم وَحْدَه ومع **الزبيب** أو **السكّر** ، وهو من الأدوية العظيمة المنافع ، وإذا استُخرج دهن الفُستق كان من أفضل ما يُستعمل في تقوية المعدة والكبد من خارج ، وهو نافع إذا أُكِل على الصوم أو مع الغذاء أو بعده أو أُكِل مع **الزبيب** أو **السكّر** أو كيفما أُكِل.

ذكر الصّنوبر :

حارٌّ يابس يُغَثّي إذا أُكْثِرَ منه ، فإن أُكِل بالزبيب لم يُغَثّ ، وإذا استُخرج دهنه كان نافعًا من الاسترخاء والفالج بإذن الله .

ذكر تمر النخل :

هو حارّ يابسٌ غليظُ الجوهر رديءُ **الكيموس** يَسُدّ الكبدَ ويُورِم الرأس ، ورَطْبه شرٌّ من جافّه بكثير ، وقد يُورم الكبود والكُلَى ، هو مذموم في الفواكه إلا لأهل الجهد والتّعب والإقلال من الغذاء ، فإنه لهؤلاء أقلّ مَضَرّة من سواهم ، وكلّما عَظُم جِرْم التمر وتَعلَّك وطاب طعمه عَظُم إضراره .

ذكر قلوب النخيل :

هذه غليظة الجوهر باردة ، فإذا أُكِلت كان منها مَنِيّ قويّ جدًا فلذلك تُستعمل في المعونة على الجماع .

أما **ورق النخيل** وجرائدها فإنها إذا حُرِّكَت بها المَراهم المُنْبِتة للحم زادت قُوتها في ذلك زيادة عظيمة جدًا[22] .

وأما **النوى** فإنه إذا سُحِق بعد حرقه كان منه كحل يقوّي العينين بإذن الله تعالى .

ذكر البلّوط :

هو غليظ الجوهر يميل إلى البرد قليلاً يابس يعقل البطون ويحدث أوجاع المعدة .

ذكر الشاه بلّوط :

هو خير من **البلّوط** على سبيل الغذاء بكثير .

ذكر الخرنوب :

الخرنوب يابس قابض وحرّه معتدل ، يعقل البطن بقوة قوية . يجب أن يأكله من به إسهال في أول طعامه .

22) من المراهم التي يتردد ذكرها في كتب الأطبّاء القدامى : المرهم النخلي ، سمي بذلك لأنه يُحَرَّك أثناء تحضيره وطبخه بعود من جريد النخل ، وقد ذكرنا طريقة صنعه في كتاب «الطب والأطبّاء في الأندلس الإسلامية» .

ذكر ثمرة المطرون :

هذه تقاوم السموم قليلاً ، وهي تصدع الرأس وقد تغثّي .

ذكر البقول :

البقول كلّها رديئة لأصحاب السوداء بجملة جَوْهرها إلا **الخس** ، وحشيشة **لسان الثور** تُسخِّن باعتدال وتُرطِّب ، ولها خاصّة تُفْرِح وتقاوم السوداء بإذن الله .

وأما **الخس** فإنه يُولِّد دمًا رقيقًا جيّدًا فينفع من **الحكّة** الحادثة عن احتراق الأخلاط .

وأما **السريس** فباردٌ رطب باعتدال ليس على مثال ما هو **الخس** عليه من البرد والرطوبة وإنما هو يُبرِّد باعتدال ، وفيه ترطيبٌ وفيه تفتيح للسُّدَد .

وأما **القَطف** فبارد رطب وكذلك **الاسفيناخ** ، و**الرِّجْلَة** أقوى تبريدًا وترطيبًا منهما بكثير .

و**البقول** كلّها تُليِّن البطن وتُضِرُّ – كما قلت – **بالسوداويين** إلا **الخس** وحشيشة **لسان الثور** .

وأما **السّلق** فإنه ليس ببارد بل فيه **بُورَقية**[23] فهو يجلو ويفتح قليلاً وهو خير البقول وأصلحها للأصحّاء ولمن يشكو بَلغمًا لزجًا في معدته ومن به أيضًا **صفراء** فإنّه يُخرجها بما فيه من الجلاء ، وهو قليل الغذاء .

ذكر الكرنب :

إن الناس يُقِرّون **بالكرنب** ويمدحونه ، وهو شرّ البقول كلّها بأجمعها في إحداث **السوداء** و**الوسواس** و**الجُذام** و**الجَرب القبيح** و**الصرع** ، ولا أعرف شرًا منه حاشا **الباذنجان** فإنّه على مثال حاله سواء .

أما **الكرنب** فإنه حارٌّ يابس لا أعرف فيه شيئًا يُحمد إلا أنه إذا أُكِل نيئًا أو مطبوخًا صفّى الصوت بقوة عجيبة بديعة ، إذا أكله من أضرّ به الصياح وبُحَّ ارتفع بَحَحُه بإذن الله ، وإذا طُبِخَ وضُمِّدت به الأورام مع الدقيق أنضجها .

23) بورقية ، نسبة إلى البورق – وهو من الأملاح ، وسيأتي تفسيره مع المفردات الدوائية .

ذكر القرع :

أما **القرع فهو** بارد رطب ، غليظُ الجوهر ، بطيء الهضم ، إذا أُكِل من غير أن يبالَغ في طبخه ربّما أحدث **غَشيًا** وأوجاعًا في المعدة ، وهو في تلك الحال إن سُمِّي **سُمًّا** لم يكذب الذي يسمّيه بذلك ، فإذا بولغ في طبخه وتنوهي فيه فإنه حينئذٍ يَصْلُح **للمحرورين فَيُصلِح** من حالهم ويُغذّي غذاءً ليس بالكثير ولا بالقليل جدًا ، وأجود ما يستعمل **بالخلّ** الثقيف[24] ، وقد يُطبخ مع اللحم فيؤكل طعامًا طيّبًا إلا أن **الكيموس** المتولِّد عنه غليظُ الجوهر بارد ، وإذا استُخرج دُهن بِزْره نَوّم بإذن الله ، وإذا شُمَّ زهره نَوّم أيضًا ، وإذا وُضعت جُرادته على المعدة سكّنت التهابها ، وإذا ضُمِّدت به أورام **الحمرة** كان نافعًا ، وإن عُمِلَ بعصارته **قيروطي** كان مُبَرِّدًا ولم تغلبه حرارة البدن لغلظ جوهر العُصارة المذكورة ، وإذا صبَّ جِرْم **القرعة** وصُنِع منه إناء كان الماءُ الذي يوضع فيها يُبْطئ في المعدة وإذا وضع فيها مُسْكِرٌ كَسَر من إسكاره .

ذكر الباذنجان :

وقع الإجماع من الأطبّاء على أن هذه البقلة مذمومة جدًا وصدقوا ، لكن ليس بأذَمَّ من **الكُرنب** على جهة الغذاء ، وأما على جهة الدواء فقد قُلْتُ نفعه من البَحَح وتصفية الصوت ، وهو مع ذلك إذا شُرِبَت عصارته أطلقت البطن ، وإذا أُكِلَ جرمه وقد عُصِر عقل البطن بإذن الله تعالى .

أما **الباذنجان** فإنّه – على جهة الغذاء – شَرٌّ كلّه ، أما على جهة الدواء فإنه يَدْبغ المعدةَ ويَشدُّها ويُقوّيها وينفع من التهَوُّع والقيء إذا أُجيدَ طبخه ، وهو أيضًا فيه القوتان : يُطلق البطنَ بما فيه من مرارة ويَعقله بما فيه من قَبْض ، وبهما معًا نَفْع المعدة بإذن الله .

ذكر الثوم :

الثوم حارٌّ يابسٌ قويّ في ذلك ، يُدِرّ البول والطمث ويُفَتِّح العروق ، ويُوَلِّد خلطًا مراريًا في المعدة **كُرّاثيًا**[25] ، وهو رديء للمحرورين يَصْعد إلى الرأس ويَصْعد معه ما يكون عن المعدة من أبخرةِ سائرِ الأشياء ، فيضرُّ من هذه الجهة بالرأس وبسائر الحواسّ

24) الخل الثقيف : الصادق الحموضة .

25) كراثيا : نسبة إلى الكُراث وهو من البقول ، وسيأتي تفسيره .

إضرارًا قويًا، لذلك يجب أن يجتنبه من أكل غذاءً غير محمود مثل **الفول** و**الحوت** و**الجبن**، ولا يقربه، وهو **ترياق** بذاته من أكبر السموم، ولذلك يُخلَط في المعاجين الكبار.

ذكر البصل:

البصل حارّ رطب، رطوبته فَضلية، يُولّد – إذا أديم أكله – بَخَرَ المعدة ونَتْن الإبطين، وهو يُحدث في البدن خِلْطًا بَلْغميَّ الجوهر غليظًا حارَّ المزاج رديئًا فاسدًا مفسدًا. وهو يُحَرِّك شهوةَ الجماع إذا كان مشويًا أو مطبوخًا، وإذا أُكْثِر منه في الأطعمة فعل ذلك بإذن الله. وإذا أكله من شرب المياه الرديئة نفع من إضرارها، وإذا قُطِّرت عصارته في الأذن سكّن دويها، وإذا قُوِّرَت البَصلة وطُبِخ فيها زيتٌ نفعَ من أوجاع الأذن بقدرة الله تعالى.

ذكر الكُرّاث:

هذا كأنه متوسط بين مزاج الثوم والبصل.

ذكر اللّفت:

أما **اللّفت** فحارّ رطب بديعُ الأفعال في الأبدان، يُغَذّي غذاءً غيرَ كثير، يُسَخِّن ويُرَطِّب ويُعين على **الباه** ويُقوّي البصرَ بخاصّةٍ في جملة جوهره، ولا أعرف شيئًا يُذَمُّ به إلا أنه يُحْدِر رياحًا غيرَ باردة في المعدة والمِعَى لا يكون عنها أوجاع، فهو إذا أُجيد طبخه من الأشياء المحمودة عندي جدًا.

ذكر الجزر:

هذا أيضًا حارٌّ رطب يُكثر البول، وفيه جلاء، ويُغَذّي أكثر ممّا يغذّي **اللّفت**، ويزيد في الباه زيادةً صالحة، هذا إن أُكِلَ مطبوخًا أما إذا أُكِلَ نيئًا كما تأكله الدوابّ فإنه حينئذٍ يُبطئُ انهضامه جدًا.

ذكر القِثّاء:

هذا كأنه بين الفواكه والبقول، وهو بارد رطب، جوهره ليس بالغليظ جدًا، فهو أفضل من **القرع** نيئًا أُكِلَ أو مطبوخًا، يُدِرُّ البول بقوّة بديعة ويُسكّن **اللذع** ويستفرغ

الصفراء بالبول يقاومها بمزاجه، ويستفرغ البَلْغم بجلائه وإدراره البول، أما لُبُّه الذي فيه بزره فلا مضرّةَ عندي فيه البَتّة، أما لحمه فإنّه إذا أُكِلَ كثيرًا دائمًا أحدث غِلَظًا في الأخلاط وفجاجة، لأن المتولّد عنه بَلغم غليظ لَزِج، ومع غِلَظِه فهو ألطف جوهرًا مما يَتولّد عن القرع بكثير.

ذكر البطّيخ:

هذا شيء غَلَط فيه أطبّاء كثير عددهم، وإنّما غَلّطهم أن **جالينوس** قال إنه إذا استحال استحالةَ سوء كان عنه خِلْط أشبه شيء بالسمّ فأجزعهم هذا فَضَلّوا عن الجادة فيه. وأنا أقول: إن هذه الحديدة إذا ضُرِب بها رجل مات وهي يراها ألف رجل فلا يُضْرب بها ولا يموت، وكذلك **البطّيخ** – صدق **جالينوس** – إذا استحال استحالةَ سوءٍ كان منه خِلْط أشبه بالسمّ، وليس **البطّيخ** متى أُكِلَ استحال تلك الاستحالة، وإنما يستحيل تلك الاستحالة لوجوه منها: أن يكون في جسم آكلها في معدته خِلْطٌ يسير مذموم، و**البطّيخ** لا قبضَ فيه يمانع عنه سوءَ الاستحالة فيسارع إلى الاستحالة الرديئة المذكورة، ومنها أن يأكلها الإنسان مع خبزه أو يأكلها بعد التملّي فإنها لطيفة الجوهر وليس فيها قَبْض مانعٌ من انقلابها، وبسبب ما في المعدة من الطعام لا يمكن أن يخرج **البطّيخ** عندما ينهضم بسبب أنّ سائر ما في المعدة لم ينهضم بَعدُ فيَعرض له شبِه ما يعرض إذا طبِخ لحم **الفرّوج** مع لحم **جَمل** شارف أو لحم **ثور**، فإن هذه الآفةَ تعرض في لحم **الفرّوج** فإنّه يحترق احتراقًا إلا أن يكون لحم **الفرّوج** أكثرَ ما في المعدة ولحم **الجمل** أو **الثور** أقلّ ما في المعدة، فإن عند ذلك يتفتح فَمُ المعدة الأسفل المعروف **بالبواب** فيخرج الأقل بسبب أن الأكثر قد انْهضم، وإذا كان ذلك عرض للإنسان آفاتٌ أخرى لأن ما خرج عن المعدة ولم ينهضم جيدًا في الهضم الأول لا ينهضم جيدًا في الهضم الثاني ولا في سائر الهضوم أبدًا، **فالبطّيخ**، في هذا ولحم الفرّوج سواء.

أما أن البطّيخ من حيث إنه مائع ومن حيث إنه لا قوّة قبضٍ فيه يَحفظه يسارع في سوء الاستحالة أقوى مسارعة، ولكنه يؤكل ألف مرة فلا يستحيل استحالةَ سوء.

وأما **البطّيخ** النَّضِج إذا أكله الإنسان على الصوم وتَمَلّأ منه فإنّه يَنَقّي البدنَ ويُبرده باعتدال في خلال ما ينقّيه، ثم يَخْرج عن البدن بالبول وبالبراز وقد عدّل مزاجَ الجسم وأخرج معه جزءًا من الخِلْط المحترق المذموم، وعلى هذا يجب أن يؤكل **البطّيخ**، وإنّ مَساق القول يجاذبني إلى التطويل فها أنا تاركه وراجع إلى ما كنت بسبيله.

وقد ذكرنا ما يَفعله **البطّيخ** على سبيل الغذاء، وأما على جهة الدواء فإنه يُفتّت الحَصَى ويُدِرّ البول باعتدال ويُرَطِّب، وهو مألوف عند الناس، ولذلك متى شَمّه الإنسان أنعشه ولو كان غُشِيَ عليه، وكذلك يفعل **القِثّاء**.

أما إذا غُسِلَ البدن بلحم **البطّيخ** فإنّه يَجلوه ويُرَطِّبه ويزيل عنه ما يُكْسِبه حرّ الشمس والتعب، وقِشْره وبزرُه يفتتان الحصى تفتيتًا عجيبًا.

ذكر الخيار:

الخيار بارد رطب، إذا شُمّ أنعش من الغَشْي، وإذا أُكِلَ سكّن لهيب المعدة، وهو إذا أُكِلَ لُبُّه يُدرُّ البولَ على نحو ما يُدرّ البولَ قَلْبُ **القثّاء**، غير أن تبريد **الخيار** أقوى من تبريد **القثّاء**، وبزره نافع.

ذكر الدُّلاَّع:

هو أبرد من **الخيار** وأرطب، وجَوهره مُتَناهٍ في الغِلَظ فهو لا تكاد تغلبه **صفراء** إن وجدها في المعدة بوجه بل يقاومها، ولهذا الوجه نعطيه مَنْ به **حُمّى حادّة** من الشبّان المحروري المزاج فينتفعون بذلك.

ذكر الحَرْشف:

الحَرشف حارّ يابس جَلاّء بقوة، يُلطِّف الأخلاط، خاصَّتُه إخراج الفضول من الأبدان بالبول، ولذلك يُحَسِّن رائحةَ الإبطين وسائرِ البدن، يفعل هذا إن مطبوخًا أو نيئًا. والناس يطبخونه مع اللحم كما يطبخون **القَرع** ويضعون معه **الأفاويه والخلّ** فَيلذّ طعمَ الطعام ويُحَسِّنه، ويجب أن يؤكل إما في وسط الأكل وإما في آخره إذا كان مطبوخًا باللحم، وأما إذا أُكِل وحده فإنّما يجب أكله في أول الطعام لِمَن به إسهال وفي آخره لمن به ضعفٌ في فم المعدة فيتهوّع، هذا إذا أكله مطبوخًا، أما إذا أُكِلَ نيئًا فإنّه وإن كان جَوهَرُه وسطًا بين الغليظ واللطيف فإنّه بالقبض الذي فيه يمانع القوةَ الهاضمة فيبطئ هضمُه، وغذاؤه قليل، شَهِيُّ الأكل.

ذكر الدوم:

أما الدوم فهو – كما قد عُرِف – بارد يابس، وليست برودَتُه بالقوية، وهو غليظ الجوهر يُضِرُّ بالمعدة ويُحْدِث الأوجاع فيها ويَعْقل البطن إذا أُكِلَ قبل الأكل، وربّما

أمسك من سَلَس البول بما فيه من قبض، على أن غِلَظه مانعٌ من أن يصل قبضُه إلى هناك.

ذكر القَنَّارية:

هذه إنّما هي **حَرشف بستاني** مزاجها كمزاجه وأفعالها كأفعاله إلا أنها أرطب منه وأضعف حرارةً لما يَغْمُر حرارتَها من الرطوبة المائية.

ذكر الكَمأة:

الكمأة تكون في الزِّبْل وفي الأرض الرَّمِلَة، وهو كأنه شيء بين النّبات والحيوان، مزاجه رطب، يَحدث عنها إذا انهضمت **خِلْط بلغمي** وقبل أن تنهضم تُحْدِث أوجاعَ المعدة إن صادفت معدةً ضعيفة، وربّما أحدثت الآفاتِ الكثيرةَ من التي أسبابها باردة، وإذا طُبِخت وأُكثِر فيها من **الفلفل** أصلح ذلك منها.

ذكر الفُطْر:

أما **الفطر** فشرٌّ من **الكمأة** بكثير، فإن **الكمأة** إذا انهضمت جدًا قد يكون عنها كيموسٌ غيرُ رديء، وأما **الفُطْر** فشرٌّ كلُّها وخاصّة ما ينبت على المزابل منها، فإنّه ربّما قتل قتلاً **سُمّيًّا** وربّما **قتل بالخوانق**، وهو لا خير فيه عند الحقيقة بوجه، فلذلك يجب أن يتجنّب.

ذكر أصناف المطاعم:

كلّما يُلَيِّنَ البطن يجب تقديمه، وكلّما يَحْبسه يجب أَكْله بعقب الأكل.

من كان جَشَاؤُه دخانيًا يتجنّب القلايا فإن فيها قوةً كبريتية، ويتجنّب المقلواتِ كلّها.

ومن كان يتجشّأ جشأً حامضًا يتجنّب الأشياءَ المبردة جملةً ويَحذرها، ويَصلح له **العسل والحلوى**، ويتجنّب شرب الماء البارد القَراح جملةً واحدة ويَحذره.

المالح يُليّن البطن وكذلك يفعل شرب الماء الفاتر يُحْدِر الفضول عن المعدة بإذن الله تعالى.

ذكر الكوامخ :

الكوامخ كثيرة منها : **الكَبَر** ، واستعماله في أول الطعام جيّد.
و **الصِناب**، واستعماله لمن يشكو بردَ معدته جيّد.
و **الزيتون** يُقوّي المعدةَ يؤكل مع الطعام وعلى إثره وكذلك المُري.

ذكر اللِيم :

يُنبِّه الشهوةَ ويقوّي المعدةَ ويقاوم السموم ، وهو جيّد كيفما أُكِل ، في أول الطعام أو في وسطه أو في آخره.

ذكر الفُجْل :

يطفو بالطعام إلى فم المعدة ، فلا خيرَ في استعماله ، فإن لم يكن بُدٌّ من استعماله في آخر الطعام ، وهو حارّ يحدث جشأً مُنْتِنًا ، وهو إذا أُكِلَ على طريق الدواء أصلح خشونةَ قصبة الرئة وصفّى الصوت.

ذكر الجزر المسلوق المربّى :

هو من **الكوامخ** – كما ذكرت ، فإن كان **بالخلّ** فأَكْله أول الطعام خير ، وأما إن كان بالخردل ففي وسط الطعام.

ذكر العوسج الذي يُتّخذ بالملح :

هذا أيضًا يُجفف بقوة ويَشدّ المعدة ، وما يداخله من **الملح** يَكْسر من برده ، واستعماله في آخر الطعام أفضل من استعماله أولاً.

ذكر النُّعنع :

النُّعنع يقوّي النفس ويَشدُّها ، وهو عِطْري يجب أن يُستعمل في آخر الطعام.

ذكر الكُرّاث :

الكُرّاث رديء يملأ الرأسَ فضولاً ، يصعد ويصعد معه سواه ، وهو يَضرّ ولا ينفع ، وتجنّبه خير.

البسباس :

يجب أن يُستعمل في أول الطعام أو في وسطه أو في آخره ، ولا مضرّة في ذلك على مُستعمِله البتّة.

ذكر الترنْجان :

يستعمل على نحو ما يُستعمل **البسباس** ، و **الكرفس** كذلك.

ذكر الحَبَق :

هو أيضًا بلغ الغايةَ في الجفوف من **الكوامخ** ، فإن استعمل ففي عَقِب الأكل.

ذكر الحُرْف :

و **الحُرف** يستعمل على ما ذكرته من صفة استعمال **الكَرفس** ، هذه حارّة فيها تجفيف فتقوّي الهضم – بإذن الله تعالى – إلا من كان يتجشّأ جشأً دُخانيًا يجب أن يتجنّبها كلّها إلا **اللِيم** و **العوسج**.

ذكر كيف تستعمل اللحوم :

اللحوم غَسْلُها واجب بسبب ما يداخلها من الدم المُحَرَّم ومن أشياء تداخلها من الفضول التي ربّما كانت في حال الاندفاع لرداءتها عند ذبح الحيوان فتبقى مبثوثةً في لحمه. وما غَلُظ منها – أعني اللحوم – يصلح استعماله مطبوخًا **بالخلّ** وأن يبالَغ في طبخه ، وما صَلُب لحمُه يجب أن يبقى ذبيحًا ساعاتٍ قبلَ طبخه ، وعيدان **الذُكّار** إذا وضعت في القِدْر مع اللحوم الغليظة عَجَّلت إنضاجها ، ودَقُّها حتى تأتي بَنادق[26] يُجيد هضمَها في المعدة.

واللحوم الرَّخْصة الليّنة – مثل لحوم الحوت – يجب أن يعجل بطبخها عندما تذهب حياتُها لأن ليس لها قوة تحفظ بها جوهرها عن التغيّر كما للحوم الصُّلبة ، وزائد أن اللحوم الصلبة يبقى فيها من القوة الحافظة التي اكتسبتها الأعضاءُ من القوة الحيوانية فيها ،

26) يقصد بالبنادق هنا اللحم المفروم المتّخذ على شكل كرات – وهي الكفتة – وكلمة Albondiga الإسبانية أصلها من البُندقة بالمعنى الذي ذكرناه.

وتلون[27] اللحم لا يُخِلّ عنها فهي تناضل عنها في الاستحالة في المعدة، فإذا كانت قد بقيت بعدَ ذَبحها ساعات انحلّت تلك القوة وكانت سهلة في الانهضام.

ذكر ما يُشرب:

أما على الطعام فالماء **بالسكّر** أو **بالعسل** أو بما اعتاده الإنسان من الأشربة المركّبة أو من الربوب، وبعد ساعات من الأكل يجب أن يشرب الماء القَراح صرفًا، فإن كان الوقت شتاء والماء من مياه الأنهار فمن الحزم أن يُدَفَّأ قليلاً.

ذكر المياه:

أفضل المياه مياهُ العيون التي يستقبل مَفْجَرُها المشرقَ، وإذا مَسَّها البرد بَردت سريعًا وإذا مَسَّها حرٌّ استحرت سريعًا.

ذكر العسل:

العسل ركنٌ عظيم في تدبير الصحّة وفي مداواةِ الأسقام، وأفضل **العسل** ما صفا ونَفذه البصر مع التوسط في الرقة وفي الغِلَظ، وتكون تفوح منه الروائح العَطِرة، وما ابيضَّ منه يصلح لشراب **الورد والجُلاَّب**، وما احمرَّ منه يصلح للأشربة الحارَّة مثل شراب **الحاشا** وشراب **الاسطوخودوس** وشراب **الإيرسا** وما أشبه هذا.

وأما **شراب العسل** بالماء على حاله فإن أفضلَه ما اختير من أعلى نوعه ثم استُخرجت رغوته ثم استُعمِل.

وأما **السكّر** فإنه – عند جالينوس – نوعٌ من العسل، واستعمال **السكّر** في الأشربة التي تختصّ بالمَرِيء أو بالمعدة أو بالمثانة خير من استعمال **العسل**.

وأما **الأشربة التي تتَّخذ لتفتيح سُدَدِ الأحشاء فإن استعمالها بالعسل** خير، وكذلك **المعاجين الترياقية** إنما استعملها القدماء **بالعسل**.

العسل للشيوخ يكون عنه دم محمود جيّد.

27) في ب ج: وتبدل.

ذكر الخلول:

كل خلٍّ تابعٌ في مزاجه وجوهره لما هو خلُّه، والخلّ أبرد ممّا هو خَلٌّ منه، وهو يُقَطِّعُ ويَجلو، ويُذيب[28] البَلغم، ويجفِّف ويُبرِّد فكأنه يمانع العفونةَ ويُضادُّها.

ذكر الفرق بين حرارة العسل والسكّر[29]:

حرارة **العسل** من حيث إنه حلو وكذلك حرارة **السكّر**، وفي **السكّر** حرارة نارية اكتسبها من النار عندما عقد، وفي **العسل** حرارة كأنها سُمِّيَّةٌ اكتسبها من الأوعية التي هي في بطون **النحل**، فإن **النحل** فيه حرارة من حيث إنه حيوان وحرارة من حيث **السُّمِّية** التي بها يُصيب مَنْ لَسَعه ما يصيب من الوجعِ، ولو ضربت بمسار أضعافَ ذلك مرارًا لم تجد بعضِ ذلك، فمعلوم أن ذلك عن قوة سُمِّية، وهي مبثوثة في الرطوبة الصديدية التي فيه، فإذا أُخْرِجت رغوته ذَهَبت هذه الرطوبة الصديدية عنه، و**العسل** على هذا الوجه يُصَفَّى مما يداخله من الكدر وذلك أن يُخلط به ماء كثير وتطبخه به فكلّما ارتفعت رغوته أزلتها، هَكَذا حتى يستنفذ رغوتَه ويعود إلى خثارته فتُنزله.

ومن العسل ما تفوح منه رائحة **الورد** وهذا يصلح لشراب **الورد** حقًّا، ومنه ما تفوح منه رائحة **الحاشا** وهو يَصلح لشراب **الحاشا** وما شاكله، ومنه ما تفوح منه رائحة **الحلتيت** أو رائحةٌ كريهة من سائر الروائح، وما كان كريهَ الرائحة فَتَجَنَّبْهُ في أعمال الطبّ فإن لم تجد مندوحةً عنه فاغسله – كما ذكرت – وإن وَضَعت فيه شيئًا من شمعٍ عندما تطبخه اجتمعت الرغوة إلى ذلك **الشمع** وأخرجتها.

القول في القير:

القير ليس بحارّ ولا بارد ولا رَطب ولا يابس، وهو وسط، ولذلك هو مادة **للقَيروطي**، وربَّما اكتسب **القيرُ** كيفيةً رديئةً من النّبات الذي جُمع القير منه، فإن شئتَ تخليصه وتطهيرَه فَذَوِّبْهُ في آنية من ماء وأدخلها فيه وأخرجها بسرعة فإن **القير** يَعْلَق بخارجها فَأَزِلْهُ عنها واعمل كذلك حتى تأخذَ من القير حاجتك، وبعد ذلك ضع القيرَ

28) في ج: ويذهب.

29) ألف أبو مروان ابن زهر رسالةً في تفضيل العسل على السكّر، وقد نشرنا نصّها محققًا ضمن نصوص كتابنا «الطبّ والأطباء في الأندلس الإسلامية».

للشّمس على ثوب نقيٍّ أو على حصير فإذا سَخُن رُشَّ عليه ماءً باردًا، مرّةً بعد مرّة، حتى يأتي أبيضَ نقيًا لا طعم فيه ولا رائحة له، وحينئذٍ تستعمله فيما تحتاج إليه.

ذكر الزيت:

أما الزيت فإن أفضلَ الأدهان زيت **الزيتون** المتّخذ من **الزيتون** عند إدراكه. الذي لم يُخالطه ملح ولا غير ذلك، وهو تَشُوبه رطوبات فيه مبثوثة تُخرجه عن اعتدال مزاجه، وأما الجوهر الدّسمي منه فإنه معتدل بين الحرارة والبرودة والرطوبة واليُبس. وإذا شئتَ تخليصه من تلك الرطوبات فَضَعْه في إناء وصُبَّ عليه ماءً سُخْنًا[30] وحرِّكْه بيدك تحريكًا معتدلاً ثم صُبَّ الماءَ عنه من ثُقْب يكون في قعر الإناء، وصبَّ عليه ماءً آخر. وهكذا حتى يصفو، فإذا صفا وطَهُر استعمله فيما تحتاج إليه من أعمال الطب.

وأفضل الزيت أحسنه رائحة وألّذه طعمًا وإذا وقر يسير منه في قرطاس أو في ثوب رشح وانبسط كثيرًا وأخذ موضعًا كبيرًا.

وجه آخر في تصفية الزيت وتطهيره: ضَعْ منه ما شئتَ في إناءٍ واسِع الفمِ وَضَعْه في الصيف للشمس تحت حفاظٍ من الغبار ومن الحيوان، وليكن الشيء الذي تُغَطّيه به ثوبًا أو مِنْخَلاً، واتركه كذلك أيامًا حتى تُفْنِيَ[31] الشّمسُ ما فيه من ذلك الجوهر الذي كان داخلَه فيصفو ويَحْسُن.

وما أقبح بالطبيب أن يجهل استخراجَ قوى دواءٍ منه ولا يعرف كيف يُكْسب الدواء قوى من غيره بعد أن يَسلبه قوته، هذا فيما هو طبيعي في الأدوية من القوى فكيف بما هو عرضي فيها. وقد يكون في الدواء قوتان أو ثلاث أو أكثر متضادات ويَقْدر الطبيب أن يُزيل ما شاء ويترك ما شاء فيه إن أحَبّ، فإن لم يَقدر على هذا ولا عَرفه فإنّما هو من عوام الناس.

ذكر إصلاح الفواكه:

يجب قطعها عند استحكام نضجها وتمام إدراكها، **والعنب** إذا ذُخِر يصلح أن يُعلّق منكوسًا فإذا احتيج إليه غُسِل بماءٍ سخنٍ واستُعمل.

30) في ب ج: عذبا.

31) في ب ج: تنقي.

وأما **التين الأخضر** إذا غسل بماءٍ بارد إثر تقشيره ذهبت لَبَنِية **التين** عنه.

السفرجل: إذا شُوِي كان أسرع انهضامًا وذهب ما فيه من القوة المُسهِلة وبقيت المسكة.

الرمّان: إذا علق مدةً أُصْلِح من شأنه، وكذلك **العُنَّاب**.

الخوخ والمشمش: ليس فيهما وجه إصلاح.

القِثّاء: إذا غُسِل بالماء الحارّ حتى يذهب زئبره أَصْلَح ذلك من شأنه.

الخيار: إذا شوي انكسر تبريده.

البطّيخ: أكله على الصوم مفردًا أو **بالعسل** هو وجه استعماله.

الخسّ: يُغسل ثم يترك حتى يَذبل وحينئذٍ يستعمل.

الدُّلَّاع: أما أنا فإني لا أستعمله على سبيل الغذاء، وأما على سبيل الدواء فإنّي أسقي ماءه كما هو وربّما أطعمته إذا احتجت إليه.

في إصلاح الجُبن[32] **الرطب**: يؤكل بالعسل أو بشراب السكنجبين.

إصلاح اللبن: شربه عندما يُحلب فإنْ جَشِيَ[33] فتَجَنَّبْه، وضَعْ معه عسلاً أو ملحًا.

في إصلاح الصنوبر: أكله **بالزبيب** يُصْلِحه.

في أصلاح التين: أَكله **بالحاشا**.

في إصلاح الزعرور: تركه معلّقًا حتى يَنْضج، وأكله على الصوم.

ذكر الحلاوات:

هي تُتَّخذ من **العسل** ومن **السكّر**، وهي جيّدة للشيوخ ومن يشكو بردًا في مزاجه.

وتتنوع حلوى **العسل** فنها: **القبيط** وهو جيّد للمبرودين ما لم تكن بهم حمّى، ومنها **الفالوذ** وهو عَسِر الانهضام، طيّب الطّعم، يُغَذّي قليلاً ويغذو غذاءً كثيرًا، ومنها **الخبيص**

32) في ب: الخبر.

33) حَشِيَ، يَحْشَى: أصابه الفساد من بقائه في السِّقَاء.

وهو **خبز** داخله قلي و**زيت** و**عسل** وكلها لذيذة، ومنها **الجُلْجلانية** وهي **كالفالوذ** إلا أنها تُغَثِّي، ومنها أنواع كثيرة، ومنها ما يُتّخذ من **بزر الكتّان** وفيه أيضًا تَغْثية للمعدة.

و**الحلوى** كلّها حارّة تصلح **للمفلوجين** والشيوخ، وتقتل الشبّان و**المحرورين** وأكثر من ذلك **المحمومين**، ويخالف بعضُها بعضًا بحسب اختلاف صنعتها.

ذكر ما يشوى:

كل ما يشوى فهو أعسر انهضامًا مما يطبخ، وعلى ذلك هو ما يُقْلَى، وشواء القدور رطب قليلاً، وشواء المفرش رديء مشتّت الأجزاء، بعضه نَضِج وبعضُه محترق، وبعضه نَيء فهو رديء.

ذكر الهرايس والإطرية والثرائد والإسفنج:

الهرايس والإطْرية والإسفَنْج يكون عنها أخلاط فِجّةٌ نَيئة تُسدّد الأحشاء وغيرها، تُليّن البطنَ وتُغَرّي الأمعاء، وإن أُكِلَت بالعسل فإنّه لا يَقوى على اصلاحها ويكون سببًا لتعجيل الآفات الحادثة عنها، وإن اتُّخذت بالشحم زادها الشحم شرًا. وأما **الثرائد** فخير منها بكثير لكنها بسبب عركها يَسوء انهضامها. وأما **الإسفنج** فبطيء الهضم رديء **الكيموس** بسبب القلي وخاصّة ما يُقلى منها في النّحاس، وأما ما يُتّخذ منها بالجُبن فشر ما يَتّخذونه لأن جملتَها تأتي مُشتّتة الأجزاء، فمنها جوهر حارٌّ كبريتي ومنها ما يكون جَوهره غليظًا وإن كان لا بدّ أن يَنقله القلي عن مزاجه – أعني الجبن – فإنه على حال جبن، وأَكْل الصنفين بالعسل يَزيدهما شرًا فإن العسل يُطِيل لبثَ كيموسهما في الكبد لالتذاذها بالحلاوة على ما عُلِم، وربّما أحدثت السُّدَد والأورام والآفات في الأحشاء، وكثيرًا ما يكون عنها – إن كانت من غير جبن **حُمّيات الغِبّ** و**الحمّيات المُحرقة** الرديئة، وربّما أحدثت **حمّى الرِّبْع**، وذلك أقلّ. وأما إذا كانت بالجبن فإنّها تُحدث أصنافًا من الحُمّيات طويلةً خبيثة مثل **شطر حمّى الغبّ** وغيرها.

ويَصنع الناسُ نوعًا يسمّونه **إسفنج** الرخام يطبخ على حجر من الحجارة المُلْس، وهي غليظة الجوهر بطيئة الهضم، إذا أُكلت على جوع صادق ولم يُكْثِر منها آكلُها وبقي عليها حتى يجوع كثيرًا فإن **الكيموس** المتولّد عنها لا أعتقد فيه أنه يكون مذمومًا فهي خير

من **الإسفنج** كلّها بكثير، وهي قريبة من الاعتدال في الحرّ والبرد، وقد تصلح إذا أُكلت مع شراب **السكنجبين**.

ذكر الأشربة المعهود بها وكيف تُستعمل والمعاجين الكبار والوجه في شربها:

شراب السكنجبين الساذج:

إذا اتُّخِذَ في الشتاء على الصوم بِمثلَيْه من ماء حارّ جَلا المعدةَ ونقّاها وقَطّع الأخلاط الغليظة وكَسَر من حِدَّة الصفراء، وإذا أُخِذَ في الربيع فعل مثلَ ذلك، وإذا أُخِذ في الصيف بخمسةِ أمثاله من ماءٍ برّد البدَن تبريدًا معتدلاً وقطّع الأخلاط الغليظة وكان – بإذن الله – دفاعًا **للحُمّيات**، وأما في الخريف فأَخذُه بثلاثة أمثاله من ماء هو وجه الصواب عندي، وهو يَضُرُّ من به **سُعال** أو به حُرقةُ بولٍ. والذي يُتّخذ منه **بالسكّر** في شأن التبريد أوفق. والذي يُتّخذ **بالعسل** في التقطيع أبلغ.

ذكر شراب الورد:

يُتّخذ من **الورد** الغضّ ويُتّخذ من **الورد** الجاف، وكلاهما يُبرِّد باعتدال، فإذا خُلِطا بالماء لم يكونا حينئذٍ يُجففان، والمتّخذ من **الورد** الغضّ لا يُطلق البطن على الحقيقة ولا هو يَعْقله، والذي يُتّخذُ من الجافّ يَعقل البطن، وكلاهما يُقَوّيان المعدةَ والكبدَ ويَشدّان القوّةَ وينفعان من الغَشْي.

وما قلته من كمية الماء المخلوط في شراب **السكنجبين** اعْمَلْ به في شراب **الورد** من اختلاف كَمّيته بحسب اختلاف الفصول، وكذلك متى احتجتَ أن تَسقى شرابًا مُبَرِّدًا وقصدتَ التبريد فزدْ في الماء، وإذا سقيتَ شرابًا يُسخِّن وأنت تريد به ما يفعل بتسخينه من المَنافع في البَدن فقلِّل فيه من الماء، ومتى احتجت إلى ما يكون من الأشربة يَجْلُو أو يُقطِّع أو يُفَتّح فاسْقِه بالماء الفاتر مثل **السكنجبين** وإن احتجت إلى تبريده فقط لا إلى تقطيعه فاسقه بالماء البارد، ومثل شراب **الايرسا** وشراب **البسباس** وما أشبههما اسقهما بالماء الفاتر، وكلّما قصدت أن تسقيه من الأشربة للتبريد فاسْقِه بالماء البارد مثل شراب **السكنجبين** إذا لم تكن بك حاجة إلى تقطيعه، وإن احتجت إلى تقطيعه ولم تكن بك

حاجة إلى تبريده فاسقِه بالماء الفاتر، وكلّما قصدت تبريده فاسْقِه بالماء البارد مثل شراب **الورد** وشراب **الصندل** وشراب **البرباريس** وما أشبهها.

ذكر شرابِ الأسطوخدوس:

هو يُسَخِّن باعتدال ويُجَفِّف من غير إفراط، يُقَوّي المعدةَ والكبدَ وجميعَ الأعضاء، وله خاصّة أنه يَكسر من سَوْرةِ الامتلاء لتقويته الأعضاء فإنّها إن قويت حَمَلَتْ من الامتلاء ما لم تكن تَحمله من قبل، وإذا شُرب بالماء الكثير فليس يُجَفِّف إلا ما لا خطرَ له، وهو ممّا يُسْهِل، وينفع نفعًا ظاهرًا مَنْ به **استرخاء** أو **فالج** أو **خدَر** إلا أن يكون **الخدَرُ** سببه سدّة فإنّه حينئذٍ إنّما ينفع مثل شراب **الإيرسا** وشراب **القنطوريون**.

ذكر شراب قشر الأُتْرج:

هو معتدل في الحرّ والبرد أو قريب من الاعتدال، جيّد لطيف مُلطِّف يَستفرغ الأخلاطَ بالبول وبالعَرَق ويُقَوّي الأعضاء ويقاوم السموم.

شرابِ الإذْخِر:

يُسَخِّن باعتدال وفيه تجفيف، يُقَوّي المعدة والكبدَ وينفع من ضعفهما، وبهذا ينفع – بإذن الله – من **الاستسقاء**.

شراب السنبل:

هو في جميع الأحوال قريبٌ من شراب **الإذْخِر**.

شراب التفّاح:

هذا إما معتدل وإما قريب من الاعتدال بين الحرّ والبرد، يُرَطِّب ويُقوّي النفوس ويُفْرِح، وهو يتّخذ من الحلو ومن المرّ، والمتّخذ من المرّ أميل إلى البرد، وذلك بيسير.

شراب الرمّان:

وهو أيضًا يُتّخذ من الحلْو ومن المُرّ، وهما يرطِّبان، والذي يُتّخذ من المُرّ كأنه يميل إلى التبريد ميلاً يسيرًا. خاصتهما منع الأغذية من الفساد في المعدة، وما كان يُحْذَر من رياح الرمّان قد ذهب عنهما وإن كان قد بقي منه شيء في الشراب، مما لا خطر له، والمتّخذُ من الحامض أقوى في تسكين العطش، وفي كِلَيْهما خاصّةٌ في منع أخلاط البدن من التعفّن بإذن الله.

ذكر شراب عود السوس:

هذا مُرَطِّبٌ جدًا يقطع العطش، وخاصّته تسكين السُّعال وإذهاب **لَذْع المثانة وحرقة البول**، وهو معتدلٌ في الحرّ والبرد أو خارجٌ عن الاعتدال نحو أول الدرجة الأولى من الحرّ.

ذكر شراب الفوذنج البرّي:

هو حارٌّ يابس قَويٌّ في ذلك، يُذَوِّب البَلغمَ ويَجلو ويُفَتِّح السُّدَدَ بما فيه من مرارة، وينفع أصحابَ السَّكْتة والفالج نفعًا عظيمًا.

ذكر شراب الفوذنج النَّهري:

هو مثل شراب **الفوذنج** البرّي المتقدّم الذكر إلا أن تجفيفَه أضعفُ قليلاً، وهو مثلُه، وما يكون عن هذا من الإحدار يطول مكثُه بسبب ما فيه من الرطوبة، وأما شرابُ **الفوذنج** الجبليّ فهو كشراب البرّي، وكلّها نافع من الرَّبْوِ وعُسر النَّفَس يَقطَعُ الأخلاطَ الغليظة اللزجة ويُنقّي العروقَ بالبول وبالعرق.

ذكر شراب القنطوريون:

هذا أقوى من غيره في تفتيح السُّدَد بإفراط مرارته ولطافة جوهره، وهو حارٌّ يابس، يُسْهِلُ إسهالاً غيرَ قَويٍّ ويقتل حَيّاتِ البطنِ وديدانَها ويُدِرُّ الطمث بتفتيحه سُدَد العروق.

ذكر شراب الإيرسا:

هذا شراب لذيذُ الطّعم لا كراهةَ فيه، وهو مُتَناهٍ في جلاء المعدة والعروق، ويُقَطِّعُ الأخلاطَ البَلغمية ويُفَتِّح بعضَ التفتيح، وهو يفعل ذلك في **الأوراد الكبار**، وفي **الصغار** فعلُه أقوى، وكذلك يُنقّي الصدرَ والرئةَ والأرحام، غير أن فيه إضعافًا للمعدة لأنه لا قبضَ فيه ولا عِطْرية، فإن طُبِخَ فيه عند صنعته يسيرٌ من **المصطكى** ارتفع ذلك وبقيت منافعه بوفرها.

لو أدام استعمالَه كلَّ أربع من الأيام إنسان لأَمِنَ – في ظنّي – من حُمّيات العفونة الطويلة بإذن الله.

ذكر شراب النُّعنع :

هذا حارٌّ يابس، وليست حرارته بالقوية، يُقَوّي النفس ويُذْهب البَلغم، قوي في ذلك [كما] زعموا.

شراب الريحان :

بارد يابس، وليست برودته بالقوية، يَقْطَعُ الإسهالَ بقوة – قال جالينوس – لا توجد في غيره، ويُقوِّي النفْس ويَذْهَب شُربُه بخبثها فإنه يُقوّي المعدةَ ويَعْصر الفضولَ عنها فينفع من **ظُلْمة البصر** الحادثة من تصاعد الأبخرة من المعدة إلى الرأس.

ذكر شراب البرباريس :

هذا يُبرِّد ويُيَبِّسُ باعتدال وفيه قَبض، يُقوّي الأعضاءَ عمومًا، وفيه حُمْضَة يقطع بها الأحلاط، فكثيرًا ما نسقيه إذا أردنا ما يُقَطِّعُ ويُبَرِّدُ ويُقَوِّي.

ذكر شراب الصندل :

وهو أيضًا شرابٌ يُتَّخذ كثيرًا من أنواع **الصندل**، وكلّها يُبَرِّدُ ويُجَفِّف ويُقَوّي النَّفْس بما فيه من عِطْرية، هي نافعة في الأوقات الوبائية.

شراب الرازيانج (وهو البسباس) :

هذا شراب يُسَخِّنُ ويُجَفِّفُ ويُدِرُّ البولَ والعَرَقَ، ويُفَتِّحُ بما فيه من مرارة، ويُقَوِّي بقدر ما فيه من عطرية.

ذكر شرابِ الشِّبث :

هذا مثل شراب البسباس إلا أن في هذا إدرارَ اللبن والمنِيّ.

ذكر شراب لسان الثور :

هذا حارٌّ رطب باعتدال، يُفرِح بخاصّة فيه ويَذهَب بالبَلغم، وينفع من **الخفقان** إذا شُرِب منه أوقية مع ثلاث أواقٍ من ماءٍ حارّ.

شراب لسان الحَمَل :

هذا يُبَرِّد ويُجَفِّف وفيه قَطْعٌ لانفجار الدم بقبضه.

شراب العُنّاب :

هو مُرَطِّب معتدلٌ في الكيفيتين الأُخْرَيين أو قريب من الاعتدال، ينفع من السعال ومن خشونة قصبة الرئةِ والصدر ومن حُرقة البول.

شراب البَنفسج :

هو يُبَرِّدُ ويرطِّب باعتدال، وهو جيّد لالتهاب المعدة وصلابة الثُّفْلِ، يُليّن البطنَ ويَكسر حدَّة **الصفراء**، جيّد **للمحرورين** جدًا.

شراب النيلوفر :

هذا أيضًا يُبَرِّد ويُرطِّب ويقاوم **الخِلْط الصفراوي**، ويُلَيِّن البطن تليينًا يسيرًا، ولا تكاد الصفراء الملتهبة تَغلبه.

شراب البسر :

هذا يبرّد ويجفّف، يَصلح لتقوية المعدة ويَقْطَع الإسهال وخاصّةً إذا كان الإسهالُ قد عقد في **المعى**، وسَحْجُه قويٌّ في ذلك.

شراب الإهليلج :

الإهليلج الأصفر باردٌ يابس يَستفرغ خِلطًا **صفراويًا**.

و**الإهليلج الكابُلي** مزاجُه شبيهٌ بمزاج **الإهليلج الأصفر**، غير أنه يستفرغ بالإسهال **خِلطًا سوداويًا**.

و**الإهليلج الهندي**، هو كذلك إلا أن الذي يَستفرغ بالإسهال **خلطًا محترقًا سوداويًا**.

شراب الأغاريقون :

يُتَّخَذ من هذا شراب، وهو يُفَتِّح ويَجلو ويَستفرغ جميعَ ما يُقَطِّع ويجلوه من الأخلاط، وهو حارٌّ يابس ويُبسه بإفراط قويّ.

شراب التمر الهندي :

هذا يُبَرِّد ويُيَبِّس باعتدال، يقوّي المعدةَ ويَقْطَع العطش ويَقمع **الصفراء**، وفيه تقطيع بحسب ما فيه من حُمْضة.

شراب الخيار شنبر:

هذا شرابٌ معتدل، إذا شُرِب ألانَ البطنَ لأن فيه قوة مُسْهِلة ويُغَثِّي ويُضْعف المعدة، ويَنْفَع من خشونة قصبة الرئة والصدر والمثانة.

شراب المصطكَى:

هذا حارّ يابس باعتدال يُقَوِّي المعدةَ تقويةً بديعةً يفوق في ذلك أكثرَ الأدوية ويُقَوِّي الكبدَ وسائرَ الأعضاء.

شراب السريس البرّي:

هو بارد يابس يُفَتِّحُ ويَجلو، وشراب **السريس** البستانيّ في ذلك أضعف منه، وهو أقوى تبريدًا وأضعف تجفيفًا.

ذكر شراب الجوز:

إنّهم يتّخذون من قشر ثَمرة **الجوز** شرابًا وهو حارٌّ قويٌّ في ذلك، يُجفِّف، وله خاصّة يَدْبغ المعدة ويزيد في الانعاظ.

الشراب المعروف بالمُفْرِح:

هو حارٌّ يابس يُقَوّي النفس ويَذْهَب بخبثها ويُذْهِب الغمّ.

شراب الأفسنتين:

هذا شراب ليس بقويّ الإسخان ولكنه شديد التجفيف ويُقَوِّي، وبسبب تجفيفه بلغت مرارته إلى ما بلغت إليه من قتل **ديدان** البطن، وهو يُنَقِّي ويَجلو ويَستفرغ الخِلْط المراري والمادي(34)، غير أنَّ القبضَ الذي فيه يَعوقه أن يفعل ذلك في الأخلاط الغليظة اللَّزِجة.

شراب المخيطا:

هو قريب من الاعتدال بين الحرّ والبَرْد، وأما في الكيفيتين الأُخريين فهو مُرطِّب غليظُ الجوهرِ ينفع من خشونة المَريء.

34) في ب: الماني.

شراب عساليج الكرم:

أما هذا فإنّي عَمِلْته مرارًا فوجدته نافعًا من **التهوّع والقيء** نفعًا ظاهرًا بديعًا، ويُبَرِّدُ باعتدال ويُيَبِّس كذلك ويقوّي بما فيه من قبض ويجلو ويُقَطِّعُ بما فيه من حُمْضه، ولجوهره خصوصية في القيء والتهوّع هو في ذلك لا يَعْدِلُه شيء إلا ما هو من **عساليج الكرم** مما يتّخذ رُبًّا أو معجونًا.

الشراب المعروف عندهم بشراب الأصول:

هذا شراب قد وقَعَ الاتفاق من الأطبّاء الحدث بالحَضّ عليه، ولم أرَ ذكره للقدماء بوجه في شيء من كُتبهم، وهو حارّ يابس مُقَطِّع مفتّح يُدِرّ البول والطَّمْثَ، وهو في ذلك محمود، ولمّا لم يذكره القدماء لم أكن أعرفه إلا عن قريب فلم أستعمله.

شراب الحرير الإبريسم المتّخذ على ماء الحرير:

هذا شراب لم يكن من قبلي يستعمله الناسُ فصنعته فظهر لي منه انتفاع لمن أَلَّفْتُه له، وهو أن يوضعَ عشرة أرطال من ماء العيون المستقبلة بمَنْبَعها إلى جهة الشرق في قِدْرِ حديدٍ جديدةٍ على نار فحم، ويطبخ فيها من الحرير الإبريسم – بعد غسله مما يَعلق به على رفق – رطلٌ، ومن **القَرَنْفُل** أوقية، ومن **الدار صيني والمصطكى والدار فلفل والزنجبيل** من كل واحد خمسة دراهم، ويُطبخ ذلك حتى يذهب نصفُ الماء ويصفّى ويُخلط بصَفو هذا الماء ما أصف(35) وهو: **ماء**، عشرة أرطال أيضًا يوضع في آنية واسعة وتُحمى صُنوج حديدٍ صقلية(36) في النار حتّى تعود حمراء وتُغْمَس في ذلك الماء بعد إزالة الرماد عنها، هكذا مرّةً بعد مرّةٍ حتى يَذْهب نصفُ الماء فيُخْلَط بالماء المذكور الذي طُبخت فيه الأدوية، وبعد ذلك يعاد على النّار في آنيةِ حديدٍ ويضاف إلى الجميع من **العسل** عشرة أرطال ومن **التافسيا** زنةُ نصفِ درهم ويطبخ الجميع حتى يأتي شرابًا محكمًا قد أخرجت رغوته ويستعمل.

خاصّته أنه يقوّي النّفْس ويشدّ القوّة ويُشَجّع ويقوّي ويُنْعظ إنعاظًا شديدًا خارجًا عن المعتاد، وهو حارّ يابس.

35) في ب: «ويخلط بالصفو هذا الماء الذي أصف».

36) هذا، وقد يكون الصواب: صقيلة، أي الصنوج.

ذكر المعاجين :

مُرَبَّى الورد :

باردٌ يابس برودةً ضعيفة جدًا كاد يكون معتدلاً بل إذا تَحَرَّيْتَ فهو معتدل على الحقيقة، لكن إنّما وصفه الأطبّاء فتابعتهم، وأما بالحقيقة فغير ضعيف جدًا، وهو عَطِرٌ يُقَوِّي المعدةَ والكبدَ، وفيه قوةٌ ضعيفة تُسْهِل، وفيه لطافةُ جَوْهَرٍ، وهو بتلك اللطافة يُحلّل ما يمكن تحليله من خِلْطٍ خارجٍ عن الطبيعة في باطن البدن، على وجه دواء أو غذاء، وهو يُسَكِّن ما يكون من السحج في المِعَى لِلَذْع دواءٍ أو غذاء، وكثيرًا ما نستعمله بأن تُخلَط إليه **المصطكى والدار صيني** بحسب ما تدلُّ عليه الحال الحاضرة فَيُقَوِّي المعدة والكبد، وكثيرًا ما نَمرسُه في الماء الحارّ ونُصفّيه ونَسقي صَفْوَهُ لتليين الطبيعة، وربّما فعلنا به هذا في المشروبات المُسْهلات إذا احتجنا إلى ما يُقَوِّي المعدةَ ولا يعوقها عن فعلها المُسْهِل. وربّما أعطيناه مخلوطًا **بالمصطكى والدار صيني** لمن به **زَلَق الأمعاء**، فإن كان الزَّلَق بإسهال أعطينا العليلَ منه على الصوم، وإن كان بالقيء مع الإسهال تابعنا فعلنا ذلك بأن نُعطيه منه بعدَ أن يأخذ غذاءه، وربّما جعلناه يأتدم به إذا علمنا أنّ المعدةَ بجملتها استولى عليها الضعف.

مُرَبَّى البنفسج :

بارد ليس بإفراط، يُطلق البطنَ، وتبريده – لا جَرَم – دون ترطيبه، وهو يُغَثّي، وإذا خُلِط به يَسيرٌ من مُرَبَّى **الورد** كانت مقاومته لحرارة المعدة أشدّ، ليس بأنه أقوى بردًا منه لكن بسبب قبضِ **الورد** تَعَسُّر استحالتُه.

مُرَبَّى النَّعنع :

حارّ يابس يُقَوّي النفس ويشدّ القوّةَ وينفَعُ من التوحّش نفعًا ظاهرًا، وكذلك يفعل **مُرَبَّى التُّرنجان**.

دواء المسك الحارّ والبارد :

كلاهما يُقَوّي النفس ويشدُّ القُوةَ وينفع من استيلاء أبخرةِ **السوداء** الصاعدة التي تُوَلِّد الجزَع والوَهْم، وهو من أدوية **المُوَسوسين والمجانين** وينفع **المصروعين**، ويُصفّي دمَ القلب ويُقَوِّي جرْمه.

أما **جالينوس** فإنه لم يذكر **المِسك ولا** ما يُصنع به، وأما المتأخرون فذكروه بما ذكرته، ولعلَّ قائلاً يقول إن **جالينوس قدْ** ذكره في الكتاب المسمّى «نصائح الرُّهبان»[37]، وهذا الكتاب يُنْسب إلى **جالينوس**، ومن قرأ كتبه وحَذق فيها من الأطبّاء يتحقَّق أنه ليس كلامه وأنه مكذوب فيه عليه، وقد تكلم في المسك مَهَرَة المتأخرين بما ذكرناه وأصابوا في قولهم لأن الخبر له حَقَّق ما قالوه، وفرقتنا – معشر الجالينوسيين – إنّما مدارُ أمرنا على التجربة مع القياس.

ودواء المسك مع ما وصفناه ينفع المفلوجين وخاصّةً الحارّ منه، وكذلك يَنْفع الشيوخَ وأصحاب السكتة وأشباههم، ومعلوم أن دواء المسك الحارّ والبارد يابسان حارّان وإنّما قيل لأحدهما بارد إذا قيس بالآخر.

ذكر ذبيد الورد :

هذا اسمٌ أَوْقعه الأطبّاءُ على كلِّ معجون يُقَوِّي الكبدَ، و**الورد** من أدويته، فمنه **العُشاري**، والناس يستعملونه أكثر، ومنه ما أدويته أكثر عددًا، وكل طبيب قد حَذق يُرَكِّب في أكثر الأحوال لكلِّ مريض يشكو ضعفًا في كبده **ذبيدًا** يَصلح به حسب مزاجه وما أعطته الحال الحاضرة ممّا يختصّ بالمريض، **فذبيد الورد** يُقَوّي الكبدَ والمعدة ويُدِرُّ البولَ ويُلَيّن البطنَ باعتدال ويُحسِّن البَشَرة، وهو من الأدوية الفاضلة جدًا النافعة.

مُرَبَّى ثمرة الكرم :

هذا يُتَّخذ من ثمرة **الكرم** قبل أن تَعْقد ويفتح النوار كما يُتَّخذ **مُرَبَّى الورد**، وقد يُتَّخَذُ من **عساليج الكرم** الرطبة اللينة، وكلاهما بارد يابس وتبريدهما دون يُبسهما، **يَقْطَعان القيء والغَثْي**، ويشدّان فمَ المعدة المسمّى **فؤادًا** فينعشان القوةَ وينفعان من القيء إذا كان بسبب ضعفِ المعدةِ ويَعقلان البطنَ إذا أُخِذا قبلَ الأكل ويُطلقانه إذا أُخِذا بعد الأكل، **ويُطْفِيان** لهيبَ المعدة في أكثر الحالات، وهما من الأشياء التي لا عوض منهما **في قطع القيء والغَثْي**.

37) ينسب بعضهم كتاب «نصائح الرهبان» إلى جالينوس، وابن زهر ينفي ذلك. انظر مؤلفات جالينوس في طبقات ابن جلجل، والفهرست وعيون الأنباء وغيرها.

لَعوق الكثيراء :

هذا يسكِّن السعَال ويملس [ويليّن] قصبةَ الرئة والمريء، ويُغثّي ويَنفع من سحج المِعَى ومن **حُرقة البول**.

معجون الأنيسون :

حارّ يابس من غير إفراط كثير، يُقَوّي المعدةَ ويُدرّ البولَ والعَرَق وينفع من استرخاءِ العصب وضعف النفس، وإذا خُلِطَ بمثل ثُلُثِه من **لَعوق الكُثيراء** كان دواء عجيبًا لمن يشكو **الحصى**، وهو يَجلو الأخلاط ويقطعها تقطيعًا بديعًا، والطبع يألفه، يَنفع المبرودين وأصحاب **الزَّلَق** ويُنَقّي الصدرَ والرئةَ بإذن الله.

جوارش السفرجل :

نافعٌ من استرخاء القوة وضعف النَّفس وانحلال فم المعدة، خاصّته تقويةُ المعدة، وكأن الجوارش معتدل في الحرّ والبرد، وهو يابس يَعْقل البطن إذا استُعمل على الصوم ويُطلقه إذا استُعمل على التملّي من الطعام، وما تقادم عهده كان أصلح إلا أن يُفْرط ذلك كثيرًا، وإذا خُلِط بشيء من **المصطكى** زادت قوّته في ذلك إلا أن يكون ضعف المعدة إنّما هو من **خِلْط صفراوي** مَحْض يُخلُّ بها ويُضِرُّ بفمها فإنّا حينئذٍ نستعمله وحدَه أو مع معجون **ثمرةِ الكرم**، ويُتَجنَّب **المصطكى** وسائرُ الأدويةِ الحارّة، وخاصّة منها **المصطكى** بسبب دهنها.

مُرَبّى التفّاح :

التفّاح يُتَّخَذ منه أيضًا مربّى كما يتّخذ من سواه، وهو يُرَطِّب وينوّم، ومزاجه في الحرّ والبرد، إن كان من **تفّاح حُلو** فهو يميل إلى الحرّ ميلاً يسيرًا وإن كان من تفّاح مُزٍّ يميل إلى البرد ميلاً يسيرًا جدًا، وأما ترطيبه فقويٌّ ولذلك يُنوِّم تنويمًا صالحًا عجيبًا، وكذلك يفعل **التفّاح** متى شُمّ وأديم ذلك فإنّه يُنَوّم بقوّة قوية.

مُرَبّى الزنجبيل :

هذا إنما يُعمل من الزنجبيل الأخضرِ في البلاد التي تُنْبته ويُجْلَب إلينا، وهو طيّبُ الطعم حارٌّ رطبٌ، يعين على **الباه** ويُسَخِّن تسخينًا جيّدًا ويُنْضِج الأخلاط في البدن إنضاجًا عجيبًا، ويُعين على الهضم، فإذا أُكِل على لحوم البقر وما أشبهها من اللحوم

الغليظة أعانَ على هضمها، وإذا استعمله **المفلوج** ظهر له الانتفاع به عن قريب، وإذا خُلِط في الأدوية المُسْهلة أعانها – بإذن الله – لإذابته الأخلاط لأن حرارتَه مقترنةٌ مع رطوبة فيدوم فعلُه في البدن ويتبيّن أَثَرُها فيه أكثر ممّا كان يتبيّن لو لم يكن كذلك، وينفع المشايخ ومن به **فالج** أو **سَكتةٌ** أو **لَقْوَةٌ** نفعًا عجيبًا، وأما أنا فإني متى وجدته لم أسْقِ دواءً مسهلاً للأخلاط الغليظة اللّزجة الزجاجية إلا وقد خلطت منه إليها بحسب ما يلزم النظر فيه.

معجون العود الهندي :

هذا يَستعمله الملوك، ومنافعُه كثيرة، وهو حارٌّ يابس يُجَفِّف رطوبةَ المعدة الفَضْلية ويُقَوّي المعدة ويشدُّها، وينفع من الغَشْي الذي يَحدث بسبب رطوبة فَضْلية، وهو يُحَسِّن النكهةَ وينفع الكبدَ ويُدرّ البولَ ويَذْهب بالرطوباتِ الفَضْليةِ من المعدة ومن سائر البدن، ومتى استَعمله من يسيل لُعابه ذهب ذلك عنه بإذن الله، ينفع الشيوخَ والمفلوجين وكلَّ من في بدنه **خِلْطٌ فَضْلي** رطبٌ نفعًا عجيبًا، وخاصَّتُه تقويةُ حواسِّ الرأس والنَّفع من عُسْرِ إحساسها بمحسوساتها، ويُجفّف الفضولَ الرطبةَ من المعدة ومن سائر البدن، وهو حارٌّ يابس، يُبسه قويّ.

معجون العنبر :

هذا أيضًا ممّا يستعمله الملوك، وهو يفعل ما يفعله **معجون العود** غير أن **معجونَ العنبر** أضعف في التجفيف.

معجون فوفيون :

هذا المعجون **ترياق** بعينه، وهو أيضًا من أدوية التِّرياق المعروف **بالمثروديطوس** الذي ليس – بعد **ترياق الأفاعي** – أنجع منه ولا أعظم منفعةً، وهذا المعجون هو أحد أدويته، وهو حارّ يابس يَجلو ويُنْضج ويُقَطِّع ويُفَتِّح السُّدَد في الأحشاء وفي سائر البدن، فإذا استُعمل يومًا في أيام نفع بإذن الله من **الهواء الوبائي** بنحو ما ينفع **المثروديطوس** و**الترياق الأكبر** المتّخذ بلحوم **الأفاعي**.

ذكر المثروديطوس :

هذا ترياق قريبٌ من **ترياق الأفاعي** المشهور غير أن هذا له خاصّة في تقويةِ الجماع بديعةٌ ، وهو حارّ يابس بجُملته.

ذكر الترياق الفاروق المتَّخذ بلحوم الأفاعي :

هذا إنما يُتَّخَذُ في فصل الربيع وتقع فيه أدويةٌ غريبة على نحو ما يَقع في **المثروديطوس** كَدُهن **البَلَسان والطين المختوم والحماما** ، نَفْعه عظيم ، يُقاوم سمَّ جميع **ذوات السّموم** وجميعَ ما يمكن أن يُسقاه الإنسان من **السّموم** القتّالة الوَحِيّة[38] وهو بجملته حارّ يابس ، إذا سُقِيَ منه **المصروع** انتفع به ، وإن سقي منه المفلوج نفعه ، ويُفَتِّت الحَصى ويُدرّ البولَ والعَرق ويُطْلِق **النفساء** بإذن الله ، ويُطْلِق **القولنج** الشديد ويَنفع من الأوجاع الحادَّة المُهلكة التي تكون عن رياح باردة في العَضل أو في المِعى أو في غير ذلك نفعًا عظيمًا لم يألف القدماءُ شيئًا أنفع منه.

ومن الحزم لمن استطاع عليه أن لا يخلو منه بوجه ولا على حال ، وهو يَذْهب بعفونة الأخلاط ، وإن سُقِيَ من به إسهال مزمنٌ قطعه بإذن الله.

ذكر أقراص الأفاعي :

يَجب أن تُتَّخَذ من **الأفاعي** الإناث الفتايا ، والأقراص حارّة يابسة تنفع **المجذومين** ومن نهشة الأفاعي وسائرِ الحيّات وكذلك تنفع من [لسع] سائر الهوّام.

معجون الفلافل :

هو حارّ يابس ، ينفع من **الفالج والخَدَر** ، وهو يُدِرّ البولَ ويُذَوِّبُ البَلغم ويَجلوه ويُخرجه في البول ، ويُحلّل **الأوجاع القولنجية** التي تكون عن أكل أشياء تولِّد الرياحَ الغليظة ، وحرارته قوية.

معجون الثوم :

هذا أيضًا حارّ يابسٌ ينفع من سموم الهوام ، وهو من أصناف **الترياقات** ، يُنقِّي البَلغم ويجلو المعدة.

---

38) الوَحِيُّ (بفتح الواو وكسر الحاء) : القتل السريع ، من وَحَى يَحِي.

اللَّوزينج :

هو داخلٌ في **المعاجين** الطبيّة ، وهو أيضًا داخل في الحلاوات ، إذا استُعمل على وجه الدواء يُنَوِّم باعتدال تنويمًا صالحًا ، ويُرَطِّب ويغذّي الدماغ حتّى إن الأطبّاء زَعَموا أنَّ خاصته الزيادة في جوهر **الدماغ** ، ويُصْلِحُ ويُنْضِج ما في الصدر والرئة ويُهَيِّئه للنفث ويَجلوه ، وإن استُعمِل على جهة التفكُّه وأُكْثِر من أكله فإنه حينئذٍ يُخِلُّ بالمعدة ويُضعف شهوةَ الطعام ، وربّما صادف في المعدة **صفراء** فزاد فيها فإنه يَستحيل إليها ، وهو إذا استُعمِل على الصوم لَيَّن البطنَ ، وإذا استعمل على الامتلاء سهّل القيء وهَوّع.

ذكر الأدهان :

تُستَخرج الأدهان من البزور التي لها أدهان ، وهي تابعة لمزاجات البزور ، كلّ دُهْنٍ لمزاج البزْر الذي هو دُهْنُه ، ومنها ما يستخرج من جرْم الخشب أنفسها ، ومنها ما يُرَكَّب على الأزهار وهو زيتٌ فيكتسِب من روائح الأزهار وقوّاها ، وهذه أيضًا تابعة للأزهار التي رُكِّبت عليها.

دهن اللوز :

يُستخرج من **اللوز** بسهولة ، وهو عذبُ الطَّعمِ رَطْبُه مائلٌ إلى الحرّ قليلاً ، إذا دُهِنَت به الأعضاء رطَّبها وأصلح من شأنها ، فإذا دُهِنت به الوجوه حسّن مرآها ، وإذا طُبِخَ به الطعام كان ألذّ طعمًا ، وجَلَب النوم ، وهو لا يلذع قصبةَ الرئة ولا يُحَرِّكُ السّعال ، ولذلك كثيرًا ما نُفْتِي به أن يكون عوضَ **الزيت** لمن به **سُعال** أو **سَهَر** فلا يضرّه الطعامُ الذي يكون فيه عوضًا من الزيت.

دهن السِّمسِم :

هذا يُستخرج من السمسم كما يُستخرج **دهن اللوز من اللوز** ، ومزاجه قريبٌ من مزاجه ، غير أن دهنَ **اللوز** خيرٌ منه بكثير في أشياء كثيرة ، منها أنه ألطف جوهرًا وفيه قَبْض يسير ، وهو بسَبَب ذلك القبض لا يُخِلُّ بالمعدة الإخلال الذي يُخِلّ بها **دُهْن السمسم** ، وهو بذلك القَبض لا يُسارع [في الاستحالة الرَّديئة كما يُسارع **دهنُ السمسم**.

وفي **السمسم** خاصّةٌ مذمومة **اللوزُ** بريء منها ، وذلك أن السّمسم إذا أديم أكله وأُكِلَ زيته مدة أعقب **بَخَرَ المعدة**.

دهن الفُجْل :

هو حارّ وليس أقول فيه إنه يابس كذلك ، وهو يَجلو إذا دُهِن به ويُسَخِّن ، وإذا أديم أكله في الطعام أعان على الباه .

دهن حبّ البلّوط :

هو غليظ الجوهر يَميل إلى البرد بمزاجه ، وخاصّته **التصليب** ، وإذا دُهِنَت به الأعضاء أحدَثَ فيها صلابةً وعسر حسّ.

دهن اللّفت :

هو شبيه **بدهن الفُجْل** في جميع أحواله إلا أنه يرطّب .

دهن الخَرْدَل :

لَحِقت الناسَ لا يُفْتون به ولا يذكرونه وهو تابع لمزاج **الخردل** ، حارّ يابس ، ينفع الأعضاء التي غلب البرد عليها نفعًا بيّنًا ، وإذا دُهِن به الموضع الذي لسعته العقرب سَكَّن وجعه ، وينفع من جميع العِلَل الباردة ، فلذلك يَنْفع الشيوخَ والمفلوجين وخاصّةً في زمن الشتاء ، وإذا جُعِلَ مع الطعام في المائدة كان عوضًا من الصِّناب ، وإذا دُهِنَ به مقدم الرأس نفع من الهَطل ، وكان يُغْني عن الكيّ فيه ، وهو مُقَدَّم في الأحوال التي غَلَب البرد فيها ، وإذا قُطِّر منه نقطةٌ يسيرة في أُذن من به وَقْر انتفع بذلك نفعًا ظاهرًا .

دهن الشونيز :

هذا أيضًا لحقتُ الأطبّاءَ لا يستعمله أحدٌ منهم بوجه ولا على حال ، ولا يكاد يُعْرف فاستعملتُه ، وهو حارٌّ يابس لطيفُ الجوهر ينفع **المفلوجين** ومن به آفةٌ مزمنة في أعضائه مثل **الاسترخاء والكُزاز** ، وهو أيضًا إذا دهن به مقدَّم الرأس نفع من **الهَطل** غير أنه ربّما أسهر ، وكذلك يفعل دهنُ **الخردل**.

دهن القمح :

هذا دُهْن يستخرج من **القمح** بالنّار ، وهو حارّ وقد جَفَّفَتْه النارُ وهو يابس ينفع من الثآليل إذا دُهِنت به.

دهن الباقلّي ودهن التّرمس :

وهذان أيضًا لم أجد لهما عند الناس ذكرًا ، وهما يُستخرجان كما يستخرج دُهن **القمح** ، وهما في **الثآليل** أقوى فعلاً بكثير .

وتُستخرج أدهان من سائر الحبوب والبزور كلّها ، وهي – كما قلت – تابعة لمزاج البزور التي تُستخرج منها . غير أن ما يُستخرج بنارٍ قوية – مثل دهن القمح – يَحْدث فيه بسبب تلك الصنعة قُوَى لم تكن في **البزر** الذي هو دهنه .

دهن نوى الخوخ :

يستخرج دهنه كما يستخرج دهن اللوز ، وهو يلَطِّف ويجلو ، وإذا قُطِّر منه في الأذن التي بها **وَقر** نفع من وقرها بإذن الله .

دُهن حبّ القَرع :

هذا بارد رطب يُنَوِّم – إذا قُطِّرَ منه في الأذن – تنويمًا عجيبًا وهو في ذلك بديع جدًا .

دهن حبّ الخروع :

هو شبيه **بزيت الزيتون** القديم ، يُحَلِّل ويُلَطِّف ويُسَكِّن الأوجاع تسكينًا بليغًا ، وليست حرارته بالقوية .

ذكر القَطِران :

هذا دهن إن سميته **دهنًا** ، وإن سميته **صمغًا** رقيقًا لم تكن خارجًا عن صفته ، وهو يُستخرج من الخشب ، مزاجه حارٌّ يابس يقاوم العفونةَ مقاومةً عجيبةً حتى إن القدماء كانوا يَطْلُون به أجساد موتاهم فتحفظها كلَّها من التعفّن –زعَموا– وهو يَنفع إذا دُهَن به من **الفالج والاسترخاء** – بإذن الله ، وإذا تُمضمض به ولم يَطل التمضمض نفع من أوجاع الأسنان التي تكون عن **الأخلاط الباردة** نفعًا بيّنًا ، وأما إن أُطيل التمضمض به فإنه يفتّتها ويسقطها ، وإن طُلِي به على **داء الثعلب وداء الحيّة** نفع منهما ، بإذن الله .

دُهن الصّنوبر :

هو حارّ يابس ، إذا استُعمِل عوضًا من **الزيت** في الطعام نفع من العِلَل الباردة ، وهو لذيذُ الطعم ، وإن دُهِنَت به الأعضاءُ الباردةُ برودةً عَرَضية انتفع بذلك نفعًا ظاهرًا بإذن الله عزّ وجلّ.

الأدهان المتَّخذة من زيت الزيتون :

دهن الورد : يُبَرِّد تبريدًا يسيرًا ، وهو إما معتدل أو قريب من الاعتدال في الترطيب والتجفيف ، وهو إلى التجفيف أميل ، يُقَوِّي الأعضاءَ ويَردع ما يَنْصبُّ إليها منها ، ويُحلِّل ما يمكن تحليله مما قد حصل فيها ويُقَوِّيها ، ولست أعرف شيئًا للجراحات ينفع من شدة أَلَمِها في أول أمرها ويُحَلِّل النفخَ عنها مثل **دُهن الورد**، وهو إذا اتُّخذ وبقي كذلك يُجَدَّد عليه الورد في كل عام مرارًا يفعل في ذلك ما لا يكاد الإنسان يُصَدِّق به ، وإذا دَهَن به من أصابه حرّ الشّمس في رأسه مخلوطًا **بالخلّ** أو بالماء انتفع بذلك .

دهن البابونج : يُسكِّن الأوجاعَ تسكينًا عجيبًا ، وهو إما معتدل أو قريب من الاعتدال ، والأعضاء تستريح إليه .

دهن النيلوفر : هذا يُبَرِّد ويُرطِّب ، وهو يُنَوِّم ، وإذا دُهِنَ به بَرَّدَ ورَطَّبَ ونَوَّم .

دهن البنفسج : شبيهٌ بدهن **النيلوفر** .

دهن الشِّبِث : حارٌّ رطب يُسكِّن الأوجاعَ ويُسخن الأعضاء ويمنع من **تمدُّدها** نفعًا بيِّنًا .

دُهن السَّوسن : هو حارّ رطب يُجفِّف وينفع من الأوجاع التي أسبابها باردة ومن تَوَرُّم الأعضاءِ العصبية خاصّةً ومن صلابتها .

دهن الياسمين : هو أيضًا يُلَطِّف ويُسَخِّن ويُجَفِّف ، ينفع من أورام الأعضاء العصبية نفعًا عجيبًا ، وهو من الطيوب يَجب استعمالُه في زمن البرد ، وينفع من **الاسترخاء و الفالج و اللّقْوَة** .

دهن الأُترجّ : يُتَّخذ من زهر **الأُترجّ** ويتَّخذ من قشر الثمرة ، وهو لطيفُ الجوهر يُجَفِّف ، وأما في الحرّ والبَرد فإنّما هو معتدلٌ فيما بينهما ، وهو يُقَوِّي الأعضاء بعطره وبما فيه من التَّجفيف ويُلَطِّف ويُقَوّي المعدةَ .

دُهن النرجس : هو لطيفٌ عَطِرٌ يابسٌ ينفع من جراحات العصب ، ويُحَلِّل أورامَ الأعضاء العصبية وينفع **المفلوجين** نفعًا ظاهرًا .

دهن الخيري :

هو يُلَطِّف ويُحَلِّل وينفع من الأوجاع التي أسبابها باردة ، وهو إذا دَهَنَت به الحاملُ السرَّةَ وما يليها سَهّل **الطَّلْق** ، بإذن الله ، وهو حارّ يابس .

دهن الأقحوان :

يُحَلِّل ويُلَطِّف وينفع من الأوجاع التي أسبابها باردة ، بإذن الله ، وهو حارّ يابس .

ذكر مفردات *

الزمرّد :

إذا شُرِبَ منه زنةُ تِسْع حبّاتٍ قاوم جميعَ السّموم ، ولا يَقْرب شاربُه طعامًا حتى لا يشك في أنه قد نَفَذَ عن المعدة وعَمَّا حولها وعمّا هنالك .

الطين المختوم :

إذا شُرب منه درهمٌ على نحو ما ذكرت في الزمرُّد فعل مثل ذلك بإذنِ الله .

دهن البَلَسان :

إذا شُرِب منه وزنُ نصف درهم فعلَ مثل ذلك بإذن الله .

حجر البازهر :

إذا شرب منه من ثلاث حبّاتِ شعيرٍ إلى أربع حبّات فعل ذلك بقوة عجيبة ، وهو أقوى مما تَقَدَّم ذكره .

السرطانات النهرية :

إذا سُلِقت ثم وضعت في قدْرِ فخّار جديدة وشويت في الفرن حتى احْمَرَّت وأمكن سحقها أو سحق أكثرها نفعت – إذا شُرِبت – من عَضة الكَلْب الكَلِبِ بإذن الله تعالى .

* تعرض المؤلف في هذا الباب إلى ما كان يسمّى عند الأقدمين **بالخواصّ** ، وقد أَلَّف والده أبو العلاء ابن زهر في هذا الباب رسالةً منفصلة سمّاها «كتاب الخَواص» ، وسيُلاحظ القارئ أنَّ أبا مروان ربّما أسرف في ذكر أشياء نراها تبدو خرافية لا يُقرّها العِلم .

حشيشة الفار :

تفعل مثل ذلك.

الحلتيت :

إذا عُلّق على العنق حَلَّل **الخنازير** ونفع من ورم اللهاة بإذن الله.

شجرة الزيتون :

قالوا إذا نظر إليها الإنسان كلَّ صباح صَلُحت حاله في يومه ذلك.

خيوط الأرجوان البحري :

إذا خُنِقت بها **الأفعى** ولُفَّتْ تلك الخيوطُ برفق على عنق من به **ذَبحة** برئ بإذن الله.

الفاونيا :

إذا عُلِّقت على **المصروع** ارتفع **صرعه**، وكذلك يفعل **الزُّمُرُّد** الفائق.

حجر الأَكْتَمَكْت :

إذا عُلِّقَ على النفساء عَجّل الطَّلق وسَكّن الأوجاع بإذن الله.

العوسج :

إذا غُرِس في دار يبطل السحر.
النظر إلى الحمرة يُعْقِب نَفْث الدّم.
والنظر إلى الصفرة كثيرًا ما يَجْلب اليرقان الأصفر.
النظر إلى حجر السبج يُقَوّي البصر.
النظر إلى لَهيب النار يورث العمى.
الشرب في آنية النحاس والدوام عليه يورث الجُذام.
الشرب في آنية الرصاص والقزدير ينقع العطش.
الطبخ في آنية الذهب يقوّي القلب وينفع من التوحّش ومن ضعف الأعضاء عمومًا.
إمساك **اللؤلؤ** في الفم يقوّي القلب عمومًا.

رِجل الأرنب اليُسرى إذا عُلِّقت على فَخِذ المرأة أو فخذ الرجل عندَ الجماع مَنَعت الحمل.

دمعة الكَرْم إذا شُرِبَت وكان شاربها مغرمًا بالخمر كَرِهها بإذن الله.

ريش الهدهد ولسانه إذا حَبس أحد شيئًا منهما أفلح في حوائجه، وزَعموا أنه إذا اتُّخِذ طَبَل من جلد **أسد** وضُرِب تقطعت الطبول بإذن الله وتشققت إذا كان على مقربة منها.

اليبروح من قَلَعَه نالته بلية.

ناب الكلب إذا حبسه إنسان لم يَعضّه كلب.

جلدة الشاة إذا كتب فيه صداق لم يكن بين الزوجين توفيق.

وقالوا، **عين السرطان** اليُمنى متى قلعت وعُلِّقت على من توجعه عينه سَكَّن وجعها بإذن الله.

الرعَّاد، هذا **حوت** إذا وقع في شبكة الصيّاد أو في صنارته ارتعدت يد الصيّاد ما دام الحبل في يده، وإن عُلِّق –وقد صيد– على من به وجع من أوجاع الرأس سَكَّنه بإذن الله.

القرصعنّة إذا عُلّقت على من به أورام **اللّهاة** أبرأ منها.

المومياء إذا شَرِب منها من انكسر له عَظم زنةَ ربع درهم انعقد الكسر، وإن شربها من ينفث الدّم انقطع.

الحَمام إذا سكن **المخدور** بمَقربة منها أو كانت في غرفة وكان المخدور تحتها أو كانت في بيت وسكن في غرفة فوقها برئ بإذن الله، ومجاورتها أمان من **الخَدَر** ومن **الفالج** و**السكتة** و**الجمود** و**السُّبات**، هذه خاصية بديعة جعلها الله فيها.

قشر قانصة الحُبارى إذا سُحِقت واكتحَل بها من يشكو علامات **نزول الماء** في العين نفعته.

الفأر إذا أُكِلَ مشويًا قطع سيلان اللعاب من أفواه الصبيان.

العاج إذا شَرِبت نشارته المرأة أو شَربها الرجل حملت المرأة بإذن الله، و**العاج** إذا وضعت قطعةٌ منه على العظام المتكسّرة في جسم الإنسان سَهَّل خروجَها، وأُصول القصب تَفعل ذلك في العظام وغيرها: تجذبها فتُخرجها إذا ضُمّدت المواضع بها.

البوم إذا أُكِل رأسه أحدَّ البصر.

الضَّرِب إذا جفِّفت كبده وشربت قوّت كبد الإنسان.

الكُنْدر يُذكي ذهنَ شاربه ويزيد في حفظه.

الحرير الإبريسم إذا شُرِب طبيخه أو أُكِلَ جرمه مسحوقًا غاية ما يمكن بالدقّ قوّى القلب، و**الدرّ** نافع في ذلك إذا سُحِق وأُضيف إلى الحرير ليتفق فعلهما.

الماء الذي يُطْفأ فيه **الحديد التيني** وقد حُمِيَ الحديدُ على جمر يُقَوّي القلب، وكذلك يُقوّي القلبَ الماءُ الذي يُطْفأ فيه الذهب، ويَزيد ماء **الحديد** فيهيج الجماع ويَشدّ الإنعاظ.

الذهب إذا شُرِبَ الماء الذي أُطفئت فيه صفائحه محميةً قوّى الإنعاظ بخاصّة فيه لذلك.

ذيلُ الذئب إذا عُلِّق على من به **قولنج** أذهب وَجَعه، وإن شُرِب منه فعل ذلك بقوة عجيبة.

الماء الذي يُغْسل به **النُّحاس** وكان صفائحَ أو كان بُرادَةً يُسْهل **السوداء**.

الصَّدف يجلو البياضَ من العين بقوة إذا اكتُحِل به وكذلك **الآبنوس** إذا حكّ في الصلاية بماء الورد والخلّ بذلك الماء الذي يُحَكّ فيه **الآبنوس**.

اللُّبان إذا شُرِب نَفع من لسعة العقرب، وكذلك الثوم.

أكل الخبز البارد القديم يُحْدِث **التآليل**، وأكل الخبز الرديء الطّبخ يُولِّد الحيّاتِ في البطن.

القنبيل إذا شرب قَتل حيّات البطن كلّها وكذلك **السرخس**.

البَقّ إذا بُخِّر به أسقط العَلَق من الحلق، و**أناغليس** يفعل ذلك إذا شُرِب.

العَلَق إذا بُخِّر بها موضع البقّ أسقطها وقتلها.

التكّاوت متى شَرِب الإنسان منه قدرَ خردلة أنعظ إنعاظًا شديدًا متصّلاً.

السندروس إذا أُديم استنشاقه قليلاً قليلاً زمانًا من العمر كان أمانًا من النزلات.

الحنطة إذا أكلها الدواب لم تسلم من مضرتها وكذلك **الجلبان** للناس.

العنز إذا حُلِقَت لحيته لم تنبت.

الكلب متى أكل لحم كلب سعر.

الأفعى إذا أبصرت **الزمرد** الفائقَ سالت عيناها.

هذه **المفردات** منها ما يكون بمزاجات معلومة ومنها ما يكون **بخاصيّات مجهولة** عندنا

إنما يَعرفها خالقها ومدبِّرها الله، ولولا إرشاد الله لنا وإلهامُه إيانا لم تَكن تبلغ أذهاننا إلى ما تبلغ إليه في الأدوية ولا في غيرها.

وقد كان **جالينوس** يجهل أشياء من أسباب ما رآه عيانًا وقال في مواضع كثيرة: إنه كان يقول فيما كان لا يعرف، وأما غيره من الأطبّاء ومن الفلاسفة فإنهم طَمحت هِممهم وعَظُمت عندهم أنفسهم عن جهل شيء فتكلّموا فيما هو أعلى وأشرف من أذهان البشر فوقعوا فيما لم تكن حاجة إليه، والعلم إنما هو أن يَعْرف الإنسان أنه مُقَصِّر لا يعلم إلا ما ألهمه الله إياه. وإن من الأمور ما هو أعظم من ذهن الإنسان.

القول في مراتب الأغذية:

كلّ ما هوَ غليظ يُقَدّم في الأكل ليكون في قَعْر المعدةلأنَّ قعرها أقوى على الهَضم من أعلاها، و**الألبان** تُقَدَّم و**الثرائد** و**الجبن** و**الهرايس** – إن لم يكن بدٌّ من استعمالها – و**الإسفنج** وكذلك **الإطرية** ولحوم **البقر** و**الغنم** المُسِنّة و**القديد** و**الحوت**، لأن قعر المعدة – كما قلت – أقوى على الهضم، وإذا جاد الهضم قَلَّت مضرّة المهضوم.

و**الحبوب** المَقْلُوة تُقدَّم ليجود هضمها، وتُقدَّم أيضًا **البقليات**، لا لهذا السبب لكن لسبب آخر أنها تُلَيِّن البطن، وكلّما ألان البطن يجب أن يُقَدَّم، وكذلك ما هو ظاهر الملح، وما سوى ذلك من الأغذية يجب أن يُتَوسَّط بها.

وفي آخر المآكل تُستعمل **المشويات** التي قد نضجت، فإن لم تكن قد جاد نضجُها فأوّل المآكل أولى بها، و**الحلواء** تؤخر وكذلك **الفواكه**، وأما **الحلواء** فما يُتّخذ منها بالبيض وقد صَلُب فيجب تقديمها، وكل ما يُتّخذ منها **بالسمسم** أو **بزر الكتّان** فيجب تقديمها، إلا أن يكون في المعدة **خلط صفراوي** فحينئذٍ يجب أن تُجْتَنب جملةً واحدة، فإن لم يكن بدّ فالتأخير بها بسبب ذلك الخلط أولى.

والمخلولات النَّضِجة التأخيرُ بها أولى إلا أن تكون المَعدةُ ضعيفةً جدًا فإنّها حينئذٍ يُختار انهضامها فنقدّمها.

مراتب شرب الماء:

الماء يجب شربه ممزوجًا على الأكل، فإذا استقرَّ الطعام في المعدة فخيرُ المشروبات الماءُ الصرف، وشرب المبرّد لا يُعْقِب خيرًا وخاصّة في غير زمان الحرّ، وأفضل المياه مياه العيون التي تستقبل المشرق بمنبعها.

مراتب النوم :

النوم قَبل الأكل يُنضج الأخلاط في البدن الصحيح إذا كان نومًا معتدلاً ، فإن زاد على الاعتدال أضرّ وأحدث كسلاً واسترخاءً في القوة وخبث النَّفَس.

والنّوم بإثر الأكل يُعين على جودة هضم الغذاء في المعدة والكبد ، والنوم – زعموا – يُخصب البدن ويُسْمن ، والسّهر يُضعف ويُحلّل ويُجفّف.

مراتب دخول الحمّام :

دخوله يُنَقّي ويَجْلو البدن ويَسْتفرغ ما يجب استفراغه بالعَرَق ، ومن كانت في بدنه أخلاطٌ حادّة وأبخرةٌ رديئة فالحَمَّام يُعَدِّل مزاجَه ويُبَرِّده باستفراغ الأبخرة منه بإذن الله ، وهو يُسَخِّن **المجدور** ، ويجب أن يتجنَّبه **المجدور** ومن هو الحرّ الغريزي في بدنه قليلٌ لأن مَضَرته تزيد بدخوله الحمّام.

والحمّام يُذهب الإعياء ويرطِّب جوهرَ الأعضاء ويَستفرغ فضولَ البدن ويُعين الأطفال على نموّ أعضائهم بإذن الله ، ولا يجب أن يَدخله الداخل على امتلاءٍ في معدته بل يَجب أن يتجنّب دخوله ، ولا يجب أن يَدخله من غلب عليه الجوعُ والجهد ، وهو يُسكِّن عطشَ من به عطش من السفر في الشّمس ، وهو أيضًا يَنفع من السّهر ، وأما مَن قوّته ضعيفة ومن أنهكه المرض وقلّ الحرّ الغريزي في بدنه فربّما إذا دخل الحمّام قتله الحمّام.

مراتب الجماع :

الذي لا يَضرّ معه الجماع ، الجماع الذي إذا فرغ الإنسان منه وجد نشاطَه أقوى وأعضاءَه أخفّ وحالَه أصلح ، وما سوى هذا فإنه يضرّ مضرّةً عظيمة ، واستعماله على الامتلاء منَ الطعام خطأ ، والخطأ في استعماله على الامتلاء خير من الخطإ في استعماله وقد بلغ الجهد في الاستفراغ إما بالدواء وإما بالفَصد أو بلزوم الحِمْية.

مراتب الرياضة :

الرياضة لَها حَدّ يقف المرتاض عنده وهو علوُّ نَفَسه وتضايقه فإن عند ذلك يجب التوقّف عن الرياضة ، ويجب ألا تكون الرياضة على الصّوم ، فإذا علا النَّفَس وقف عنها ، وبعد اعتدال النَّفَس يكون الغذاء.

وأحمد الرياضة اللّعب بالكُرةِ الصغيرة ، وهو آمنُها.

مراتب الفصد :

الفصد يَجب أن يتجنّبه الشيخُ الكبير والصبيُّ الصغير إلا عند مخافة الموت ، وقد فصدت أولادًا لي وهم أبناء ثلاثةِ أعوام فكان ذلك – بإذن الله – سببًا لتَخلُّصهم من الهلاك.

والفصد يجب أن يكون على فراغِ المعدة بالغُدُوّ لأن الشمس تَجذب[39] الحرّ الغريزي من البدن ولأن حرارةَ الهواء تُرخي قوةَ البدن ، وأفضل ما يُستعمل الفصد في فصل الربيع لحركة الأخلاط فيه ولأن الربيع معتدل ، والإكثار من استفراغ الفصد خطأ ، وغَلْق شَقّ العِرْق ثم إطلاقه صواب ، وتطويل مدّة غَلقه واجب ثم يطلق.

ذكر الدّماء ومراتبها :

الدّم الأحمر المعتدل في الرقّةِ والغِلَظِ الذي يبطئ انعقَادُه محمود ، دليل على الاعتدال وقوّة الحرّ الغريزي ؛ **وكثرة كمية الدّم** الرقيق المائيّ – وإن كان أحمر – رديء ، وخاصّة إن عَقَد إثر خروجه بسرعة ، **والدم الأسود** الغليظ رديء وخاصّة إن جَمد لحينِ خروجه ، **والدّم الذي يبدو عليه بياضٌ** رديء أيضًا مذموم وخاصّة إن تعجّل جمودُه وانعقادُه.

ويجب تحسينُ الغذاء بعده –أي بعد الفصد– وأن يكون شقُّ العرقِ ليس بالضّيق جدًا ولا بالواسع ، وإن كان سَبَب الفصد ورمٌ في إحدى الجهات كان الفصد من الشقّ المُخالف لتلك الجهة ، فإن كانت الآفةُ في اليمين كان الفصدُ في الشمال ، وإن كان في أعلى البدنِ ورمٌ كان الفصدُ في أسفلِ البدن ، هذا رأي القدماء : وأما في عصرنا فكثيرًا ما يرى أطبّاءُ وقتِنا خلافَ ما رآه **جالينوس**.

القيفال يُفْصَدُ من عِلَلِ الرأس.

الباسليق من عللٍ فيما دون الرقبة والصدر.

والأكْحل من عللٍ تكون مشتركةً بين الرأس والبدن.

والعروق كلُّها متى شُقَّ واحد منها وأكثر في استفراغ الدّم استفرغه من جميع

39) في ج : تحدث.

العروق ، فإن لم يكن من استفراغ الدّم تَحَرَّك الدم من جميع العروق إلى نحو تلك الجهة التي شُقّ العرق فيها .

وقد يُفْصَد في **الصّافن** في الساق للنساء اللواتي يَمتسك طمثُهن .

القول في المحاجم :

هي في البلاد الحارّة – مثل الحجاز – خيرٌ من الفصد بكثير وأَيْمن عاقبة ، وأما في البلاد الباردة أو التي هي قريبةٌ من الباردة فالفصد فيها أجود من المحاجم بكثير .

القول في مِحْجَمةِ النّار المتَّخذة في الأوجاع الحادثة بسبب رياحٍ باردة تَنْشَب في الأعضاء وخاصّة في العَضل ، وهي عظيمةُ النّفع في ذلك بديعة ، وقد توضع فلا تُحلُّ إلا والوجَعُ قد زال بإذن الله .

القول في شرب المسهلات :

لا بدّ من استعمالها لتنقيةِ البدن ، فإن استُعملت على ما ينبغي نَفعت .

ووجوهُ استعمالِها أن تُقَطَّع الأخلاطُ من قبل أن تَنضج فيَسْهل جذبُها – كما قال أبقراط .

و**المُسْهِلات** إذا تَقدّم لها – كما قلت – وأُخِذَت فأوقات استعمالها فصلُ الربيع لأن الأخلاطَ تتحرّك في الأبدانِ فيه كما تتحرّك رطوباتُ الأشجار ، فما كان من الأخلاط غليظًا فيجب أن يُستَفْرغ بعد تقطيعٍ قَويّ وإنضاجٍ في وسط الربيع ، وأما ما هو رقيق من الأخلاط فلا بأس باستفراغه ، فإن كان الاعتدال لم يتمكّن بهذا فإنها تسرع إلى الاستفراغ لرقّتها .

والبلاد الموافقة لأخذ **المُسْهِلات** هي البلاد المعتدلة من حيث إنها بلاد وأقطار .

ويجب أن تستعمل **المُسْهِلات** والبدنُ لم يقع بعدُ في حُمّى ، وأما إن كان قد وقَعَ في حمّى ليست بصفراويةٍ محضةٍ شديدةِ الحرِّ واللطافةِ بل من سائر الحمّيات فإن استعمالَ المسهّل فيها – مع أنه لا ينفع منها – يَهدم القوّةَ فلا يَقْوَى البدنُ على ما كان يَقْوَى عليه قبلُ من إنضاجِ الأخلاطِ ومن مقاومةِ المرضِ فيكون الدواءُ من أعون الأشياء على هلاك المريض أو على طولِ مَرَضه وتمادي ارتباكه ، وقد حَذَّر من ذلك **أبقراط وجالينوس**

وكان يُحَذِّر من ذلك عددٌ آخر كثير من أطبّاء هذا الوقت الذي غلبت فيه على الناس البطالة .

وأما إذا بلغ المرضُ منتهاه ونَضجت الأخلاطُ فإنك إن احتجتَ أن تَسقي دواءً **مسهلاً** انتفع المريض حينئذٍ بذلك .

والشرط في **الدواء المُسْهِل** أن يَسْقِيَ الطبيبُ دواءً معلومًا باستفراغ خِلْطٍ معلوم من مكانٍ معلومٍ بعد أن يُعِدَّ الخلطَ للاستفراغ – كما قلت – بتقطيعه وإنضاجه بمقدارٍ معلوم بحسب تَخَيُّر الطبيب لاستفراغ مقدارٍ معلوم من الخِلْط المعلوم الذي يُريد استفراغه ، فإن الطبيب إذا فعل ذلك لم يكن ليُخْطِئ غرضَه ، وأما إن هو سَقَى دواءً على غير ما تقدّم بالإنضاج والتقطيع فإن الخِلْط لا يُجيب وينال آخذَه كلَّ مشقّةٍ ومَضَرَّةٍ ، وإن أجاب الخِلْطُ فبِعُسْرٍ وبعد تعبٍ شديد وشقاء ، أو يكون الطبيب يَحتاج أن يَستفرغ خِلطًا من الدّماغ فلا يُجيد النظرَ في ذلك ويُعطي دواءً حَسْبه أن يَستفرغ الخِلْطَ من حيث أمكن استفراغُه ، فإنَّ الطبيبَ حينئذٍ مع أنه لا ينفع مَطبوبه قد يَجْلب عليه مرارًا كثيرة أمراضًا[40] ويكون المطبوب يحتاج إلى أن يستفرغ خلطًا من أسفل بدنه مثل المائدة والأوراك وما هنالك فيكون الطبيبُ لا ينظر في ذلك ويَسقي دواءً يَستفرغ ذلك الخِلْطَ من غير شرطٍ ولا يُعَيِّنُ من أيِّ عضوٍ يَستفرغه ، وأشدّ من هذا على المطبوب أن يكون يحتاج أن يُسْتَفْرَغَ نوعٌ من أصناف البَلْغم مثلاً – والبَلغم أنواعٌ ، فمنه الحُلْو ومنه الحامض ومنه التَّفِه ومنه المالح – فيكون الطبيب يُعطي دواءً يَستفرغ البدنَ من ذلك النوع الكلّي الذي تحته تلك الأنواع الأخيرة كلُّها وإنما يَقصد ما يَستفرغ البدنَ عمومًا ، وكذلك في سائر الأخلاط ، ويجب أن لا يُسْقَى دواء منها إلا وقد لانت طبيعة المطبوب[41] ، وكذلك يجب ألا يُفْصد إلا والطبيعة قد لانت ، فإن استفراغَ البدن والطبيعة منعقلة تُعْقِب في أكثر الأحوال بلايا وأمراضًا .

ويجب ألا يُجْحف بإدخال الأدوية المسهلة فإنها تُخْلِقُ البدنَ وتُضعفه وتَهدم من قوّته ، كما أنه لا يجب أن يبقى الإنسانُ مدّةً ولم يأخذ دواءً مسهلاً فإنه إذا فعل ذلك

40) في أ ، ج : «فإن الطبيب إذا فعل ذلك لم يُخطئ غرضَه ، وأما إن سقى دواءً على غير ما تقدم بالانضاج والتقطيع فإن الخلط لا يُجيب كثرةَ أمراض» .

41) يقصد بلين الطبيعة الخلو من إمساك البطن ، والإمساك هو انعقال الطبيعة عندهم .

– مع ما الناس عليه الآن، الأطبّاء وسائر الناس – من أنا ليس منّا من لا يستعمل من الأطعمة ما هو لا مَحالة مُضِرّ، ولكنّا لمّا كنا نستعملها فلا بدّ من استعمالِ الدواء. وأما إن كان الإنسان لا يستعملِ إلا غذاءً محمودًا فإنّه – من كان كذلك – فإنه إن بقِيَ عُمْره وهو لم يأخذ دواء مُسْهِلاً فإنّي لا أرى أن ذلك كان يَضُرّه.

ويجب مقاومةُ الدواءِ المُسْهِل في مزاجه عند سَقْيه بما يَكْسر من الطبيعة الغالبة عليه، كانت حرارةً أو يُبسًا، وكذلك يجب أن يُقاوم ما يفعله بجملةِ جَوْهره من مَضَرَّةٍ في البدن إن كان ممّا له خاصية تَضرّ بأدويةٍ تقاوم ذلك المزاجَ والخاصيّةَ فيقاوم المزاجَ بالمزاج والخاصيةَ بالخاصية، مثال ذلك: **شَحم الحنظل** فإنّا نكسره بأن نَخْلِط معه أضعافَه من لُبّ **الفستق**، فإن **الحنظل** يَضُرّ المِعَى بإسحاجه إياها، و**الفستق** بدُهنيته يَصرف عنها كثيرًا من شرّه، و**الحنظل** مُضِرّ بالكبد بخاصيّة جوهرِهِ فيُضعفها، والفستق يَنفع الكبد بجملة جَوهره وبخاصية جَعلها الله فيه.

القول في الإدهان[42] :

الإدهان بالزيت الساذَج العذبِ يَحفظ رطوبةَ الأبدان ويُذهِب الكلال من التعب ويُسَكِّن أَلمه ويُلين البَشَرة.

و**الإدهان** في الحَمَّام عند دخوله يمنع كثيرًا من العَرَق عن الخروج ويَعوقه، وبعد دخول الحَمّام بساعاتٍ عند الخروج منه يُرَطِّب الأبدانَ ويحفظ عليها ما داخلها من رطوبةِ المياهِ ويَقف في وجهها فلا ترجع إلى خارج، وإذا كان الدُّهن باردًا كان ترطيبُه للبدن أقوى لأنه لا يُخَلْخل.

والإدهان في الشتاء يكون مثلَ اللباس فإنه يَحْجب البدن عن برودة الهواء.

القول في الاستحمام بالماء البارد :

أما الشاب المعتدل اللحم فإنه يُنَمّي حرارتَه ويقوّيها إذا لم تكن فيها أبخرةٌ مذمومة، فإنه إن كانت أبخرةٌ مذمومةٌ حادثةٌ في بدنِه أعقبته **حُمّى يوم** إن كان ذلك البدنُ سليمًا

42) المقصود بالإدهان (بكسر الهمزة): دهن أعضاء البدن بالزيوت الدوائية لترطيبها أو لعلاجها.

من استعدادِ أخلاطه المتعفِّنة، وإن لم يكن كذلك فإنه قد تُعقب حمّياتٌ قوية رديئة.

وأما استحمامُ الشيوخ بالماء البارد فإنّه مُهلِكٌ لهم.

وأما الاستحمام بالماء المعتدِل الحرارةِ فإنه يُرَطِّب ويُخصب الأبدانَ كلَّها.

وأما الاستحمام بالماء القويّ الحرارة فإنّه يُحرُّ البدنَ ويميل بالأخلاط نحو الجلد.

الاستحمام بالماء المالح والمرّ :

الماء المالح متى استُحِمّ به جَفَّف وربّما أعقب **حمّى يوم** لمن في بدنه أبخرةٌ رديئة، فإن كان ما في الجسم خلطٌ مُعَدٌّ للعفونة ربّما أحدث فيها **حمّى عفونية**.

وأما المياه الزّعاق – وهي التي تَعرفها العامة بالمُرَّة – فإنّها لا تُرَطِّب كمثل ترطيبِ الماءِ العذب ولا تُجَفِّف كمثل تجفيف المالح، وأيُّ طعم كان أغلبَ عليه كان فِعلُه بحسبه.

وأما الرؤوس فإن استعمالَ الماء البارد فيها خطرٌ إلا من جرت بذلك عادتُه من الشبّان، وكثيرًا ما يعقب الناس من ذلك **السكتة والسُّبات** وغيرُهما، وأما الماءُ الفاتر فإنّه في زمن البرد يَفتّح مسامّ الرأس فيصل بردُ الهواء بسرعةٍ إلى مُقَدَّم الدماغ فيكون منه **الهَطل والزكام**، واستعمال القَويِّ الحرارةِ في الرؤوس أحزم، وقولي «القويّ الحرارة» افْهَم عني أني أريد بذلك ما هو في غاية ما يَحتمل الإنسانُ الاستحمامَ به في رأسه إلا أن يكون في الرأس وَرَمٌ أو حرارةٌ قويةٌ إما طبيعية خَلْقية وإما عَرَضت لِحَرٍّ تصرف فيه الإنسان أو لغيرِ ذلك، فإن الرأس حينئذٍ لا يَحتمل حرارةَ الماء الحارّ بوجه ولا على حال.

القول في الطيوب وكيف يَجب أن تستعمل :

الطيوب كلُّها عمومًا تُقَوّي الدماغَ والحواسَّ وتنفع الأعضاءَ بخاصّيةٍ فيها.

وطيوب الشتاء: **المِسْكُ والغوالي** العوالي، وطيوب الربيع ذَرائر **القَرنفل والعود الهنديّ والعنبر**، وطيوب الصيف **ذرائر الأُشْنَة وذرائر الصندل** المتّخذة بماء **الورد** وماء **التفّاح**، فإن **التفّاح** يُستخرَج من قشره ماءٌ فَوّاح عطرٌ جدًا بديعٌ جدًا بالوجه الذي يُسْتَخرج ماء الورد بتلك الصنعة بعينها، وكذلك يُستَخرج ماءُ عطر من نوار **الريحان**، وهو ينفع من الهواء الوبائيّ بإذن الله.

وروائح **التفّاح** في الصيف من أفضل ما يُسْتعمل ، وإن خُلِطَ يسيرٌ من **الكافور** في الذرائر الصيفية انتُفع بذلك خاصّةً إذا كان أحرّ أدويتها بالتفّاح .

وأما في زمن الخريف فإنَّ أفضلَ الطيوب في ذلك الفصل **ماءُ الورد** ، و**ماءُ التفّاح** العَطِر إذا خُلِطَ به شيءٌ يسير من عصارة **الحِصْرم** الذي لم تداخله حلاوة البَتة .

القول في اللباس :

لباسُ الصوف في الشتاء نافع وكذلك هو في الربيع وفي الخريف ، ولباس البالي في الصيف جَيّدٌ جدًا ، ولباس الحرير في الشّتاء نافع وكذلك في الربيع وفي الخريف ، وأما في الصيف فأفضل ما يُستعمل فيه ثيابُ الكتّان البالية ، وأما ثياب القطن فهي تَصلح في الفصول التي يصلح فيها لباسُ الحرير .

وأفضل الأفرية ما اتُّخذ من جلود حَيوانٍ لحمُه مألوفٌ عندنا **كالجداء** و**الخِرفان** و**صغار الوُعول** و**الأرانب** ، وأما **الفنَك** فَحَسَنُ المَلْمَس والمنظر ودون تلك في المنفعة .

القول في الأهوية والمساكن :

أفضل البلاد ما ارتفع من الأرض وعلا ولم يكن يَحْجُبه من جانب الشّمال جبالٌ تعلوه وكانت من حوله الكروم وكان ساحليًا ، وشَرُّها ما كان يَسترها جبالٌ أعلى منها وخاصّةً إن كان منخفضًا في موضع سَبَخي وكان الحاجبُ له من جهة الشّمال ، وكان من جهة القِبلة لا يَحْجبه جبلٌ ولا شيءٌ يُكِنُّه من تلك الجهة ، وكان إما سَبَخيًا وإما حِجاريًا ، فأما السَّبَخي فيُتَوقَّع أن يُحدِث أسقامًا عفونية ، والمتحجرِ يُتوقَّعُ فيه الخَدَرُ والفالج والسكْتة وخاصّةً إن لم يكن ساحليًا .

وأما البيوت فإن التي تَسْتقبل الشّمالَ مُصِحَّةٌ والتي تستقبل الجنوبَ كثيرةُ الأمراض بإذن الله ، وأما البيوت المسطَّحة بالرخام وسائر الحجارة فهي جيدة في الصيف – وخاصّة للشبّان – ومُضِرَّةٌ في الشتاء وفي كل وقت يَغلب البرد عليه في السنة وخاصّةً للشيوخ والمفلوجين ، والبيوت المُلَبَّسة بالجير في الشتاء لا بأس بها وفي الصيف رديئةٌ إلا إن كانت قد صُبِغَت بالمَغْرة وأُجيد دَلْكُها .

القول في الغُرَف :

الغُرف أصلح في الصّيف وخاصّةً في زمن الوباء ، والبيوت في الشتاء وفي الأزمنة المُصِحَّة خيرٌ من الغرف .

القول في المياه الجارية في البيوت :

ذلك في الصيف جيّد وفي الشتاء مذموم ، وفي الربيعِ والخريفِ الحالُ فيهما متوسّطة .

القول في حياض المياه :

الحياض التي تَجتمع فيها المياه وتَرْكُد رديئةٌ فاسدةٌ تُحدِث عفونةَ الأخلاط والحمّيات الرديئة .

القول في الأسرّة :

أفضلها ما لان ورَطب لَمْسُه لمن لا يضطرّ أنْ يَرقد في موضعٍ صُلْب ، وأما من لا يأمن الرُّقاد في موضعٍ صُلبٍ فإنّما يجب أن يكون فراشه ليس باللّيّن ولا بالصُّلب كي لا يخرج من حال إلى حال أخرى تُضادُّها .

وتُتّخذُ الفُرش من القطنِ المَندوف ومن الريش طلبًا لرطوبة الملْمس ، وَذاك جيّدٌ لمن لا يضطر إلى الرقاد على موضعٍ صلب ، فإن الرقاد دفعةً لمن لا يَعهد إلا الرطوبةَ واللّينَ في فراشه إذا اضْطُرَّ إلى مرقدٍ صُلب ربّما كان سببًا لهلاكه فإن الدم يَرجع إلى جهة الصدر والرئةِ فلا يأمن أن ينشقَّ عرق في الصدر أو في الرئة فيكون الهلاك .

وأفضل الملاحف ما رَقّ ولانَ فإن كان شتاءً فالجديد منها أولى وإن كان صيفًا فالبالي خيرٌ ، وفي سائر الفصول متوسطة ، والصوف في الشتاء خيرٌ من القطن فضلاً عن الحرير ، والكتّان في الصيف خيرٌ من القُطن فضلاً عن الحرير ، والملاحف المكمودة والمدلوكة خير في الصيف وأما في الشتاء فما له زِئْبِرٌ ظاهر .

وأفضل المراقد ما لان وارتفع من جانب الرأس قليلاً حتى لا يكون الإنسان كالمُعَلَّق إلى جهة قَدَمَيْه قليلاً .

القول في الكلل :

الكِلَل*(43) جيدة ما لم تكن مَتْنيةً(44) فإنّها إذا كانت متنيةً ركض الهواء فيها بعضَ الركود، وهي من الكتّان في الصيف جيدةٌ وفي الشتاء من الحرير خيرٌ.

القول في حفظ الأسنان وتبييضها :

أفضلُ ما يُستَعمل لذلك هذا **السّنون** مما جرّبتُ بعدَ غسلها إثرَ الأكل، و**السّنون** : قِشْرُ أصلِ الجوزِ تُملأُ منه قِدْرٌ جديدة من فَخّار وتُبيَّتُ القِدْر في الفرن وعليها غطاءٌ فيه ثُقَبٌ دقاق حتى يوجد قد احترق ما داخلَ القِدْرِ احتراقًا مُحكمًا ثم يُسْحَقُ ويُنْخَل ويُخْلَط بمثلِ سُدُسِهِ من **السندروس** الهندي أو البلدي مسحوقًا منخولاً ومثل عُشْره من **القرنفل** ومن **الكُزبرة** مسحوقين بشطرين(45) ويُذَرُّ من ذلك على الأسنان واللّثاثِ ويبقى كذلك ثم تُدْلَك الأسنانُ بالسبابة على رِفْقٍ، ومَهَلٍ، وتُغسل بعد ذلك بماءٍ فاتر فتورة معتدلة؛ والتمضمض بطبيخ **السّعْدَى** أحمده في ذلك.

ويجب أن يُتحفَّظَ بالأسنان من أن تُكسِّر بها شيئًا صُلبًا أو تَمضغ بها شيئًا عَلِكًا، ويُحْذَر ذلك جملةً، وكذلك يُتَحفَّظ أن يأكل بها طعامًا حارَّ الملمس أو باردَ الملمس فإن ذلك مُضِرٌّ بها مُتْلِف لها، وخاصّة متى تعاقبا؛ والحامض أيضًا مُضِرٌّ بها وكذلك القوابض والحلوى واللّبن وما يُعمل منه، فلهذا يجب إجادة غسلها بالماءِ الفاتر إثرَ أكلها، وبعد ذلك يُستاك بذلك **السّنون** الذي قد ذكرتُه.

القول في حفظ العينين :

يُتجنَّب الأكلُ قريبًا من الليل ويُتجنَّب **الثوم** و**البصل** و**الكرّاث** و**الفجلُ** فإنها كلّها مضرّة لا شيء على العينين أضرّ منها، و**الصِّناب** أيضًا مُضِرّ بها – وليس كما تلك – و**الباقلاء** و**الكُرنب** و**الباذنجان** و**الثرائد**، وبالجملة فكل شيء حرّيف شأنه أن يَصعد إلى

43) الكِلَل جمع كِلّة (بكسر الكاف) : وهو الستر الرقيق.
44) في أ : متينة.
45) في ج : بشرطين.

الرأس يُجْتَنَب، وكذلك كلّ شيءٍ غليظِ الجوهرِ تكون عنه أخلاطٌ غليظةٌ ويَصْعد عنها أبخرةٌ عظيمة؛ والزيتون منها وأشياء كثيرة قد ذكرتُ دستورها.

وغسلها عند الانتباه من النوم بماء **الورد** حِفْظٌ لها، والاكتحال بكُحل **التوتياء** الساذج أو بكحل **المحّار** البحرية السّاذج المتّخذين بماء **الورد** في وقتِ صنعتها نافع، والاكتحال بمِرْوَدِ ذهبٍ إبريز يَحفظ عليهما صحتهما، والاكتحال أيضًا **بالكُحل السّاذج** المتّخذ بماء الورد وعُصارة **الرازيانج** البرّي جيّد، وقشرُ قانصة **الحُبارى** إذا جُفِّفت ثم سُحِقت ثم نُخِلَت واكتُحِل بها تَحفظ على العينين صحّتهما بإذن الله.

ومن وجوه حفظهما أكلُ **السلجم**، فإنَّ أكْلَهُ مطبوخًا وقد نضج جدًّا يحفظ على العينين صحتهما، والاكتحال بعصارة **الكمأة** في حفظهما وتقويتهما جيّدٌ جدًا بإذن الله.

القول في حفظ الأظفار :

إذا التُزِم وضع **الحنّاء بالزُّبد** على الأظفار حُفِظَت الأظفار بإذن الله.

القول في حفظ الشّعر :

الوَسِمة إذا طُلِيَ بها الشّعر حَفِظته بإذن الله وطَوَّلته، و**الحنّاء** نفسُها تفعل ذلك، ودُهنُ **الزيتون** العَذب أيضًا يفعل ذلك.

وإن طُبِخَت **الزادرخت** بالماء حتى يَترلّع(46) ثم صُفّي ذلك الماءُ ووضع على الصفو مثلُه من دُهن **الزيتون** – وهو الزيت – وطبخ ذلك حتى يَذهب الجوهر المائيّ وامتُشط بذلك حَفِظ الشعر، وإن أذيب فيه شَيْءٌ من **اللاذن** كانَ أقوى.

القول في إذهاب النُّخالة من الرأس :

الحنّاء تُذهبها إذا عُجِنَت **بالخلّ**، وغسل الرأس **بالعسل** يُذْهبِها، وغسله أيضًا بطبيخ **الإيرسا** يَفعل ذلك إن شاء الله.

46) يترلع : يحترق.

القول في حفظ النَّكْهة وتعطيرها :

وإذهاب رائحة الثوم والبصل منها : إذا عُصِرَ **الكُرنب** وأُضيف إلى عُصارته مثلُها من **الخلّ** وتُمُضْمِضَ به فعل ذلك ، والسِّواك أنفع من ذلك .

وهذا حَبٌّ يعطّر الفم :

قَرنفل ، و**جَوْزبُوا** و**مُصطكى** وعروق **النَّارنج**[47] و**كزبرة** ، من كلٍّ واحد جزء ، تُسْحَق فرادى وتُنْخَل بالخِمار كذلك ثم تُخلَط وتُعجَن بشراب قشر الأُتْرجّ وقد طُبِـخَ حَتَّى تَقَبَّط[48] ثم حُبِّبَ حبًّا مثل الحِمّص وحُبِس في الفم عطَّرَه وحَسَّنَ نَكْهتَه وأذهب الروائحَ الكريهةَ عنه .

وتنقيةُ المَعِدة **بالإيارج** يُحَسِّن رائحةَ النَّكهة ، ولزوم **السَّنون** يُحَسِّن رائحةَ النَّكهة بحسب الأسنان .

القول في حفظ البَشَرة سليمة من البهق :

وذلك بتعاهد غسلها بماء **العسل** و **البطّيخ** وبطبيخ الإيرسا وبالكرسنَّة أو الباقلاء والشعير ، والحَمَّام يحفظها بإذن الله ، وتجنُّب الأغذية الرديئة الغليظة يَحفظها سليمةً .

ذكر ما يَحْفظ على البدن استقامته :

دهن مؤخر الرأس مع فَقار الظَّهْر كلّه بدُهن **اللوز** الحُلْو يمنع من النَّقْرس ، وإن دُهِن ذلك بزيتِ الزيتون السَّاذج العذبِ انتُفِع بذلك .

ذكر ما يحفظ الأجنَّة في الأجواف :

من ذلك ألاَّ تعرض الحامل إلى عملٍ من الأعمال الشاقّة الصعبة ولا إلى حركةٍ قوية شديدة ولا إلى استفراغ بفصدٍ ولا بدواءٍ مُسْهِل ولا بغير ذلك من أنواع الاستفراغ ، وخاصّةً في أوائل الحمل – لأنه حينئذٍ بمنزلة النُّوار في الأشجار يُسقِطه أيسر شيء – ولا

47) في أ : الترنج ؛ والنارنج والتّرنج (أو الأترج) من فصيلة واحدة ، إلا أنهما مختلفان في النوع ، والنارنج طعمه مرّ .

48) تَقَبَّطَ : أي امتزج وتماسك .

من بعد أن يَثْقل فإنّه أيضًا في تلك الحال بسبب ثِقله لا يحتمل شيئًا مما يُسقط ، وألا تأكل الحاملُ من الأشياء المُرَّة الحَرّيفةِ ، وأن تَجتَنب الوَثْب والجَرْي ورفعَ الأثقالِ وتَحذَرَها ، وتلتزم دهن الجوف بالأدهان المُلَيِّنَة المُرَطِّبة مثل **دُهن اللوز** ومُخّ ساق **الأيّلِ** وأشباه ذلك ، فإذا قرب **الطَّلْق** وأَلحّت الأوجاع دَهنت السرّة وما يليها **بدهن الخيري** .

القول في تدبير الأطفال :

الطفل إنّما جسمه بمنزلة **الجُبْن الرطب** ، أعضاؤه ليّنةُ العظام وغيرها فيجب أن تُصلح القابلةُ ما يجب إصلاحه برفقٍ وبحذَرٍ شديد وعلى مكْثٍ طويل ، وأن تَستعمل استحمامه بالماء الفاتر العذب قَدْرَ ما يحتملُ ، وتَحْجُبه عن أن يُضِرَّ الهواءُ بجسمه .

وكانت جرت عادةُ القدماء وكثيرٍ من اليونانيين بأن يَذَرُّوا على جسمِ الطفل **الملحَ** لِيَصْلُب جِلْده ويَحتملَ الهواءَ المحيطَ من غيرأن تَلْحقه مضرّة ، وأما أنا فأرى **المِلْح** يَلذعه ويَضُرّ به وربّما أسْهره ، وكما قلت إن الطفلَ مثل **الجُبْن** الطري فهو إذن لا يَحتمل الألمَ ولا السهر ، وأنه – كما أن الزهر يَذْوي ويَذْبُل عند أيسر حَرٍّ يُصيبه أو عطشٍ يَناله – كذلك الطفلُ لا يحتمل الجهد ولا الألم ويُجَفّفه السهر ويُذْبِله ، فأرى أنّ **الملحَ** لِجسمه غيرُ موافق ، ويظهر لي أن سوى **الملح** في ذلك خيرٌ من **الملح** مثل دُهن حبِّ البلّوط ففيه من التصليب الحاجة ، وهو مع ذلك لا يَلْذع ولا يؤذي ولا يُسْهِر .

ورأى كثير من الأطبّاء أن يوضع في فم الطّفل ما له قبضٌ ليشدّ المَعدة ويُقَوّيها ، وحسبنا ما فعله النبي ﷺ من وضع التَّمرة في فم الطفل الأنصاري .

ويجب بعد ذلك أن يَرضع [من ثدي] أمه أو ظِئْره ، ويجب تحسينُ هذا الموضع[49] **بالدّجاج** أو لحوم **الجِداء** متَّخذةً **بالخل وبالكزبرة** ، وأما الخبز فيكون مختمرًا مُحكَمَ العَجْنِ والطَّبخ ، ولا تزيد المرضعة في كمية أكلها ولا تُقَصِّر عن حدّ الامتلاء في أكلها .

وأما العوامّ فيُطعمون الطّفلَ ما يعسر هضمه على مِعَدِ الشبّان فضلاً عن غيرهم مثل **العصائد** وأشباهها ، وهذا خطأ ، ويجب الاقتداء بفعل الخالق – سبحانه – فإنّا نرى الحيوان الماشي على أربع – الضأن وغيرها – إنّما تُغذّي أولادها **باللبن** حتى إذا اشتدّت أعضاءُ أولادها وقَوِيت فإنّها حينئذٍ لا تقتصر على اللبن ولكنَّا نراها عِيانًا ترعى ما كان

49) يقصد تحسين لبن المرضع وإدراره بما ذكره من أطعمة موافقة لها.

أبواها يَرْعيان من العشب، وهكذا الأطفال فإنّهم إذا اشتدَّت أعضاؤهم وقَويت طلبْوا أكلَ ما يرون حواضنهم يأكلْنَه فيأكلون باستلذاذٍ وحرص فيستمرءونه حسنًا. وكثيرًا ما يبلغ العوامّ بما يُطعمونه أبناءهم أن تحدث في أبدانهم أبخرةٌ غليظةٌ رياحية، ثم بكراهتهم الأكل يَبكون أو يَضحكون فيحدث لهم انخراق في الصفاق يَبقى معهم بقيةَ عمرهم.

ويجب – إذا كان الطفلُ يأكل باستلذاذٍ ويَستمرئ مأكلَه – أن يُفْطَم، وعندما يُفْطَم يجب أن يُتَعاهد بشرب الألبان المحمودة كلبن **الماعز** بسبب الاعتياد للَّبن ولأنه أوفق الأغذية له، فإذا اشتدّ وقويت أعضاؤه لم يُمْنَع من اللّعب على رفق، وبعد ذلك إذا تجاوز سبع سنين أُخِذَ في تعليمه وتأديبه، وفي ذلك كلّه لا يُمْنَع أن يَمرح بعضَ النّهار.

ذكر ما يصلح التختّم به* :

الياقوت وهو أنواع كثيرة، وإذا تَختّم الرجل منها بحجر أفلح عند الخصام وعَظُم في أعين الناس.

وأما **الزُمرّد** إذا تُختِّمَ به قَوّى فمَ المعدة المسمّى **فؤادًا**، وقَطَع القيء وأنعش، وإذا شُرِب منه للسُّموم زنةُ تِسع حبّاتٍ(50) لم تنله مضرَّة بإذن الله – وقد ذكرنا ذلك – والتختُّم به تُنافره ذواتُ السموم وتجتنب مكانَه.

و **العقيق** إذا تَختَّمَ به من يشكو نزفًا ارتفع عنه – بإذن الله – وإذا سُحِقَ وحُكَّت الأسنان به بَيَّضها ومنع تأكُّلها.

و **البازهر** إذا تُختِّمَ منه بحجرٍ نافرت ذواتُ السموم المُتَختِّم به وتجنَّبت موضعَه، وإن شَرِب منه المسموم أربعَ حبَّاتِ شعيرٍ مسحوقًا بماءٍ فاتر لم يَضرّه ذلك السمُّ بإذن الله.

و **الفيروزج**، قيل إنّه حجر إذا تُختِّمَ به لم يُصِب المُتَختِّمَ به آفةٌ من قتل ولا مِنْ غَرَق، وسَلِمَ بإذن الله.

* هذا باب يذكر فيه المؤلف أيضًا أشياء تفعل بخاصية فيها، وهي الأحجار الكريمة.

50) يقصد بالحبّات: حبات الشعير التي كانت عند الأقدمين وحدة للوزن، وسيأتي ذكر الأوزان القديمة وما يقابلها في هذا الزمان، وذلك في آخر هذا الكتاب..

القول في الوباء وفي أصنافه:

الوباء جَرَت العادة عند النّاس بإيقاعهم هذا الاسم على الأمراض التي تُصيب أهلَ بلدٍ من البلاد وتَشمل أكثرَهُم، وهذا إنما يكون بما يشترك النّاسُ في استعمالِه فيصيبهم آفةٌ واحدةٌ، كُلاًّ بحسب استعداده لقَبولها.

والأشياء التي يشترك النّاس في استعمالها:

الهَواء فليس من أحد إلاَّ يستنشقه ويورده على البدن دائمًا بالتنفُّس ويقْبض العروق الضوارب، فلهذا إذا كان الهواء فاسدًا عمّ المرضُ أهلَ ذلك الموضعِ أو عمّ أكثرَهم مثلَ ما يكون عند نزول المطر **الجود**(51) في زمن الحرّ الشديد ودوامِ نزوله – كما قال أبقراط –: جاء مَطَرٌ جود في وقت حَرٍّ شديدٍ ودامَ كذلك الصيفَ كلَّه، وذكر أنه بلغت العفونة في ذلك الوباء أن كثيرًا من النّاس سَقط منهم العضدُ بأسره والساقُ بأسرها، فيجب في مثل هذه الحال أن يتقدّم الإنسان فيُصلِح مزاجَ الهواء ما أمكنَه بحرقِ خَشَب **الطرفاء** فإن دخانها يُصلح كثيرًا من فساده، وأن يبخر قُدَّامه **بالسندروس** وأن يَرشّ قُدّام منزله كلّه **بالقَطِران** وأن يُكْثر من شمّ روائحِ الطيب فلها خاصّةٌ في مقاومة الوباء – بإذن الله – وأن يُكثر من شمٍّ ماءِ **الورد** العَطِر مع **الخل** ومن شَمِّ **الريحان**، وأن يَجعل غذاءه خبزَ **الشعير** معجونًا بالماء مع يسير **الخلّ**، وإن خَلَط فيه يَسيرَ **عسلٍ** فذلك جيّد جدًا، وأن يأخذ على الصوم يومًا في ثلاثة أيامٍ ثُلُثَ درهمٍ واحدٍ من **التّرياق الفاروق** المتّخذ بلحوم الأفاعي، أو يأخذ – إن تعذّر هذا التّرياق – عوضًا منه نصفَ درهم من **المثروديطوس** كلَّ ثالث من الأيام ما لم يكن **مَحرورَ** المزاجِ بالطبع، فإن كان ذلك فحسبه أن يأخذ من أيِّهما اتّفق نصفَ كمية ما ذكرنا، وإن أخذ من **الطين المختوم** زنةَ درهمٍ اكتفى به عوضًا من ذلك، يَأْخذه كلَّ ثالثٍ من الأيام ويُلْزِم نفسه أن يكون ما شربه دائمًا قد خُلِط فيه مثل عُشْره من **خلّ** صادق الحُمضة.

والهواء أيضًا قد يتغيّر بأبخرةِ أجْساد الموتى العَفِنة إذا كانت كثيرةً جدًا مثل ما يقع في **الملاحم**، وهذا الوباء أيضًا يجب الاستعداد لمقاومته – وكلُّ شيء بقَدر – ومما يقاومُ به **القَطِران** وكل ما يكون عن بخار مُجَفِّف أو دخان يابس مثلَ ما ذكرته من دخان **الطّرفاء** وكذلك **العود الهندي** و**الكُنْدر** و**اللُّبني** و**العَنبر** وما شابه ذلك.

51) المطر الجود: الغزير.

واستفراغُ الدم في هذين الوباءين مما يُنتَفَع به إذا استفرغ من قبل حلول **الحُمّى** وظهور أعراضها ، فإنه لا ينفع فصدٌ وقد حُمَّ الإنسان إلا في حمّى **سونوخس** وحدَها فإنّه إذا فُصِد لها وأصاب الطبيبُ في مَيْزه إياها كان البرءُ أخذًا باليد ، وفي مثل هذه الحال قال أحد الحاضرين في مجلس جالينوس – وقد فَصد عليلاً في حمّى **سونوخس** وأرسل الدم حتى غُشِيَ على العليل ثم انتعش وقد أَقْلَعتْ حُمَّاه – فقال أحد الحاضرين : «لقد نَحرت **الحمّى** نحرًا يا جالينوس» . وأما في سائر **الحمّيات** فإن الفصدَ بعد الوقوع فيها إما مُهلِكٌ البَتَّة وإما هادمٌ للقوة مُضْعِفٌ لها حتى لا يقوى على مقاومة المرض ولا يُطيق إنضاجَ الخِلْط المُمْرِض .

وقد نَسِيَ أكثرُ أطبّاء وقتنا وصيةَ **جالينوس** ، لهذا فإني لأعرف وأنا ببلاد المغرب – وقد خطرت عليلاً **حمّى بلغمية** قد ظهرت أعراضُها وتبيَّنت علاماتها حتى إن الحاضرين لم يَخفَ عليهم ممن كان حاضرًا من الأطبّاء فحملوه على أن يُفْصَد وساعدهم صاحبُ الموضع فكان ذلك سببًا لارتباكه في مرضه ، وبَعد طول وَكْد[52] أفلت .

والهواء أيضًا يتغيّر بأبخرة السِّباخ وبأبخرةِ مناقِع الكتّان وبأبْخرة مواضع السَّروب وأكداس الزِّبْل عندما يَسخن الهواء إذا كانت أبخرةً كثيرة وكان هذا الوقت راكدًا جدًا ، وفي هذا **الوباء** يُنتفع بكل ما يُنْتَفَع به من ذينك الوباءين المذكورين .

وقد يكون وباء – إن كان الهواء لم يتغيّر – إذا عمّ الناسَ أَكْلُهم حبوبًا فاسدةً عَفِنة من **البُرّ والشعير** وبسببِ أكل أشياءٍ غير مألوفة مما يعرضُ عند ارتفاع الأسعار ، وهذا إنما علاجه بتعديل المزاج وإصلاح أغذيته والاقتصار على خبزِ **الحنطة** المُحْكَمة الاختمار والعجين ، يستعمله **بالدّجاج والفَراريج والدُّرّاج تفايا** بَيْضاء ، ولا بأس بلحم **الجَدْي** ، فإذا أخصب البدنُ واعتدل مزاجه أخذ في تنقيته باستفراغ ما غلب عليه من الأخلاط المذمومة .

وقد تكون أمراضٌ شاملة عامّة أكثرها قتّال ولم تَجرِ عادة الناس أن يُسَمُّوه **وباءً** ، وهذا يكون إذا غَلَب القحط وتمادى واشتدّ الحرُّ وأفرط ، فإن أصحاب المزاج الحارّ يَشملهم في تلك الضعفُ والذبولُ ويَغلب اليُبس عليهم غايةَ الغلبة ، وربّما سبب يُبْسَ أعضائهم وانْهَتَكَتْ عروقٌ في رئاتهم فيقعون في السلّ ، وفي أول الحال يجب أن يَتقدَّم

52) الوكد (بضم الواو وتسكين الكاف) : الجهد والمشقّة بعد السعي.

الطبيب فيُرطِّب بإدخالِ الناس في الأزمان العذبة المعتدلة وأن يجعل أغذيتهم متّخذة بدُهن اللوز عوضًا من **الزيت** العذب ويُشَمِّمَهُم روائحَ **البنفسج** وزهر **القَرع** وزهر **النيلوفر** ، وأن يَدْهن أبدانَهم بزيت **الزيتون** العذبِ مضروبًا بمثله من ماء عَذْب ، وأن يُعَلِّق عليهم سترًا من خَيْش كتّانٍ مبلولاً بالماء وأن يَرُشّ كِلَلَهُم بماء **الورد** وماءِ **التفّاح** ، وأن يملأ بيوتهم **تفّاحًا ونَيلوفرًا** وبَنفسجًا أو ما أمكنهم منها ، هذا كلّه تُدفع به مضرّةُ يُبْس الهواء أو ما أصاب به من النحول ، وأما متى وصل الذبول فيمن وُصِفَ إلى الدرجة الثالثة فإن العلاج لا يُفيد بُرءًا ولكنه يفيد العليلَ راحةً والتذاذًا .

وذكر **أبقراط** أن قد يكون وباءٌ من غير سببٍ معلوم عندنا ، قال : «هو من غضب الله – عزّ وجلّ – » وهذا إذا وَقَعَ ليس للطبيب فيه مجال ، مثل ما وقع – وأنا صبيٌّ صغير – لرجلٍ من الأطبّاء أصابته حرارة يسيرة و**سعلة** خفيفة ثم نَفث من يومه نفثًا أسود ومات من قريب ، ولم تكن هذه إلا خاصّة به لسبب غيرِ معلوم عندنا ، فإنّ الرجل كان طبيبًا ولم يكن يَغفل إصلاحَ مزاجه وتَعديله ، ولكنه جاءه أمرٌ إلهي ؛ وأذهان البشر تَقْصر عن معرفة شيء إلا ما جَعل الله في وضعها معرفته ، ولولا ما أنعم الله علينا به من العقل والحواسّ لم نَعرف شيئًا مما نعرفه ولا تخيّلنا شيئًا مما نتخيّله ، والذي نُدركه كثيرٌ جدًا ، والحمد لله على ما أنعم به ، وهدانا إليه ، وإياه نسأل أن يُلهمنا مراشدنا وأن يُوَفّقنا ويُسددنا ، وأن يجعل في ابتغاء مرضاته أعمالَنا ، بقدرته سبحانه ، وصلّى الله على سيّدنا محمّد وآله وسلّم تسليمًا .